

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»

Институт психологии
Кафедра психологии образования

**ПРОФИЛАКТИКА СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В
МОЛОДОЙ СЕМЬЕ**

Выпускная квалификационная работа

Направление подготовки 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

Профиль «Психология образования»

Квалификационная работа
Допущена к защите
Зав.кафедрой
_____ Н.Н. Васягина
(подпись)

_____ 2020г.

Исполнитель:
Кашина Анастасия
Николаевна,
Студент 51 группы

подпись

Руководитель ОПОП:
_____ Н.Н. Васягина
(подпись)

Научный руководитель:
Братчикова Юлия
Владимировна,
канд. пед. наук, доцент
кафедры психологии
образования

подпись

Екатеринбург 2020г

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ.....	7
1.1.ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ МОЛОДОЙ СЕМЬИ.....	7
1.2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ.....	18
1.3. МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ.....	27
Вывод по первой главе.....	35
2. ОПЫТНО – ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ.....	38
2.1. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ, АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ПЕРВИЧНОЙ ДИАГНОСТИКИ.	38
2.2. . ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ.....	46
2.3. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ АПРОБАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФИЛАКТИКИ СУПРУЖЕСКИХ КОНФЛИКТОВ В МОЛОДОЙ СЕМЬЕ.....	55
Выводы по второй главе	67
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	68
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	70
ПРИЛОЖЕНИЯ	75

Введение

Актуальность исследования. В последнее время в России все чаще стало упоминаться понятие «молодой семьи», но нет однозначного понимания данного понятия, чётких параметров, которым она должна соответствовать. Кроме этого, российским законодательством в последнее время запущено несколько различных государственных социальных программ, целью которых является помощь гражданам в непростой экономической ситуации.

Актуальность данного исследования обусловлена значительными изменениями, которые испытывает современная российская семья под влиянием социальных процессов, происходящих в обществе. Специфика молодой семьи определяется тем, что она находится в процессе своего становления и формирования. Проблема выявления сущности, причин, форм проявления семейных конфликтов, способов их разрешения и профилактики является на сегодня особенно актуальной для науки, так как в период трансформации общества возрос показатель разводов, особенно среди молодых семей.

Для исследования молодой семьи особое значение имеют труды Т.А. Гурко, М.Я. Соловьева, В.А. Сысенко. Особенности отношения молодежи к браку, семейной жизни, специфические проблемы первых лет супружеской жизни изучали отечественные ученые Б.И. Говако, И. Дементьева, А. Вишневский. Была выявлена низкая грамотность и осведомленность о семейной жизни и браке, в частности, неготовность к материнству (отцовству) молодых людей. Анализировались деструктивные факторы, наличие которых способствует раннему расторжению брака между молодыми супругами.

Взаимосвязь семейного благополучия молодой семьи и уровня удовлетворенности браком от уровня жизни изучают Медков, П. Мстиславский. Исследователи выявили, с одной стороны, зависимость удовлетворенности браком от уровня жизни семьи и финансового

благополучия. С другой стороны, возрастание роли социальных и эмоциональных факторов по мере роста уровня жизни семьи.

Проблематика институциональных изменений в российском обществе и в институте семьи в частности рассматривается глубоко и в разных аспектах, при этом процессы, протекающие в молодой семье, фактически не анализируются наукой, также возникает необходимость исследования проблемы профилактики конфликтов в молодой семье в современном российском обществе.

Молодая семья – это супруги, которые проживают в официально зарегистрированном браке, или мать (отец) – одиночка, находящиеся в замечательном возрасте – до 30 лет, и имеющие хотя бы одного ребенка, причем, не важно, родного или усыновленного.

Несмотря на то, что государством предпринимаются значительные шаги по улучшению социально-экономического состояния молодых семей: создана «Концепция государственной политики в отношении молодой семьи», принята «Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года» – современный институт родительства испытывает кризис. Проблемы современной семьи условно можно разделить на социальные и экономические. Потеря работы, несвоевременные выплаты (или отсутствие выплат) заработной платы, низкий уровень доходов, большая закредитованность - наиболее яркие примеры экономических проблем. Среди социальных можно выделить алкоголизм, тушедство, снижение уровня культуры, замещение духовных ценностей на материальные и т.д.

Данные обстоятельства актуализируют **проблему** исследования, она состоит в разработке программы профилактики конфликтов в молодой семье.

Цель - теоретически обосновать, разработать и апробировать программу профилактики супружеских конфликтов в молодой семье.

Объект исследования: психологические особенности молодой семьи.

Предметом исследования является программа профилактики супружеских конфликтов в молодой семье.

Гипотеза исследования: программа профилактики супружеских конфликтов в молодых семьях, направленная развитие у молодых супругов навыков саморегуляции поведения, эффективного взаимодействия в условиях конфронтации, создание эмоционально-комфортного климата в семье, является эффективной, так как позволяет сформировать у супругов умение контролировать собственное поведение и эмоциональное состояние в условиях конфликта, тем самым предотвратить возможные конфликтные ситуации в будущем.

Объект, предмет, цель и гипотеза исследования, определили постановку и решение следующих **задач**:

1. Проанализировать теоретические подходы к изучению психологических особенностей молодой семьи.
2. Проанализировать подходы к рассмотрению причин супружеских конфликтов в молодой семье.
3. На основе теоретического анализа обобщить основные подходы к профилактике супружеских конфликтов в молодой семье.
4. Разработать и апробировать программу профилактики супружеских конфликтов в молодой семье.
5. Проанализировать с помощью методов математической статистики эффективность программы профилактики супружеских конфликтов в молодых семьях.

Методологической основой исследования являются:

- Основные принципы психологии: детерминизма, системности, активности, единства сознания и деятельности. (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Ломов, С.Л. Рубинштейн и др.);
- Теории исследования феномена семьи А.И.Антонов, М. Боуен, В.С. Торохтитй, Л.Б. Шнейдер, Э.Г. Эйдмиллер;
- Тенденции развития современной семьи А.В.Верещагина, И.В. Гребенщикова, С.И. Самыгин Л.И.Щербаков,

– Конфликт в молодой семье К. Болдуин, И.Д. Дементьева, Н.И. Камнева, Л. В. Киселева, Ф.Ю. Лукин, В. Сысоенко;

– Подходы к профилактике конфликтов в молодой семье М.А. Болдина, Е.В. Буртова, А.Г. Здравомыслов, Е. И. Иванова, А.Г. Харчев, Е.В. Рыбакова, Н.Г. Слепцова, А.Б. Федулова, Н.В. Цихончик;

– Основы социально-психологического тренинга Р.Бакли, И.В. Вачков, Ю.Н.Емельянов, Т.В. Зайцева, В.П. Захаров, А.Г.Лидерс, Л.А. Петровская;

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использовался комплекс взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга **методов**:

– Обзорно-аналитические и теоретические (анализ литературы и моделирование);

– Психологические (психодиагностические и психолого-педагогические методики):

1. Методика «Особенности общения между супругами»(Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская).

2. Тест - опросник удовлетворенности браком (Г.П. Бутенко, Т.Л. Романова, В.В. Столин).

База исследования: Центр консультативной помощи г.Сухой Лог.

Теоретическая значимость работы заключается в расширении представлений о проблеме профилактики супружеских конфликтов в молодой семье.

Практическая значимость работы: результаты проведенного исследования указывают на эффективность разработанной программы связанной с проблемой профилактики супружеских конфликтов в молодой семье. Это дает возможность предполагать, что его можно использовать на практике в деятельности психолога.

Структура работы: Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, содержит библиографию из наименований используемой литературы, приложения.

1. Теоретический анализ проблемы профилактики супружеских конфликтов в молодой семье

1.1. Теоретические подходы к изучению психологических особенностей молодой семьи

На каждом этапе развития общества происходит переоценка ценностей, этот процесс закономерен и необратим. Сегодня мы видим, как институт семьи подвергается реформациям и изменениям. В условиях современного бытия, семья, как уникальный посредник между интересами личности и общества, оказалась в эпицентре катаклизмов: с одной стороны идет поиск новых форм семьи, которые бы лучше соответствовали содержанию отношений, с другой- крах супружества: где рост разводов растет и в России и за рубежом (на каждые три брака, приходится один развод), почти 1/3 всех разводов приходится на молодые семьи.[3]

Семья как социальная единица зависима от выдвинутых обществом новых условий и не готова принимать их, это главная предпосылка к социальным и психологическим давлениям, как следствие - постоянным конфликтам. Научное сообщество достаточно широко освещает феномен семьи с различных областей педагогики, психологии, социологии. Так, И.С. Кон, М.С. Мацковский, Л. Б Шнейдер Э.Г. Эйдемиллер– исследователи, изучающие семью, представившие множество классификаций и теорий, которые служат основой для изучения современной семьи- Н.Н.Васягина, Е.Н. Григорян, Ю. В.Ковалева, Д.Я.Кутсар, С.В.Моцарь, Н.М.Римашевская, Л.А.Сазонова и др..

По мнению исследователей, семья является одним из значимых институтов общества, который удовлетворяет естественные потребности человека, создает возможность для близких отношений, основанных на взаимной моральной ответственности, кроме того, в рамках семьи осуществляется совместная деятельность, выполняющая множество социальных функций.

Л.Б Шнейдер описала несколько подходов к изучению семьи.

Эволюционный подход (И.Я. Баховейн, Дж. Ф.Мак-Леннон). В данном подходе одновременно сосуществуют две точки зрения, одна из которых предполагает развитие семейных отношений в прогрессе от низших форм к высшим, при этом выделяется их социальная обусловленность, историческая предопределенность, репрезентативность в жизнедеятельности семьи и системе родства; и вторая, где семейные отношения рассматриваются через призму "упадка" культуры общества с тенденцией ослабления союзных отношений в диаде родители-дети и отношений между супругами, а так же распад ведения семейного хозяйства.

Отечественный социолог А. И. Антонов считает, что существование двух этих точек зрения является неустранимым в борьбе с идеей изначальной патриархальной семьей.

Функциональный подход (Э. Дюркгейм). Семейные отношения являются продуктом жизнедеятельности семьи и ее уклада, обусловлены социокультурными функциями и основываются на механизмах признания каждого члена семьи его роли, а также на принципе семейного единения.

Данный подход признает семью только при условии беременности или рождения ребенка, ключевым моментом выступает проблема ответственности.

Эмпирический подход (Ф. ЛеПле). Семья - малая социальная группа, с присущей историей возникновения, функционирования и распада. Фундаментом семейных отношений является эмоциональная близость членов семьи, их потребности и влечения. Подчеркивается нестабильный характер семейных отношений, берущий истоки в индустриализации и урбанизации, что выражается в разрозненном существовании родителей и детей, а так же ослаблении отцовского авторитета.

Сциентистский подход (У. Джеймс, Ч. Кули, У. Томас, Ж.Пиаже, З.Фрейд). Семья рассматривается во взаимодействии личности и общества, как "единство взаимодействующих личностей".

Сложность, многогранность и проблемность феномена семьи, обуславливают разнообразие подходов, описывающих механизмы семейных отношений их закономерности, а так же определений, встречающихся в научной литературе.

Определений семьи в литературе огромное множество, каждое имеет оттенок той научной области, в пределах которой оно используется. Общенаучно, семья трактуется как социальный институт, как ячейка общества, как группа совместно проживающих и ведущих общее хозяйство родственников. С юридической точки зрения, под институтом семьи понимается брачный союз между мужчиной и женщиной, официально зарегистрированный в органах ЗАГС.

С точки зрения психологии, Т.В. Андреева определяет семью как основанную на единой общесемейной деятельности общности людей, связанными узами супружества – родительства – родства, и тем самым осуществляющая воспроизводство населения и преемственность семейных поколений, а так же социализации детей и поддержание существования членов семьи.

Семья - это группа людей, со временем в которой возникают стереотипы взаимодействий. Эти стереотипы формируют структуру семьи, которая регулирует функционирование членов семьи и облегчает межличностные контакты между ними. Структура семьи включает в себя состав ее членов, совокупность семейных ролей и взаимоотношения между ними.

Вариативность возможных стереотипов взаимодействий дает возможность классифицировать семьи. В.С. Торохтий предлагает следующую классификацию:

1. Родственная структура (Нуклеарной- супружеская пара с детьми; Расширенной- супружеская пара с детьми и кто-либо из родственников, проживающих с ними).

2. Состав семьи (Неполные: их разновидностями являются осиротевшая, внебрачная, разведенная и распавшаяся семьи; Полные-делятся на однопоколенные, двухпоколенные и межпоколенные).

3. Количество детей (бездетную, однопдетную, малодетную (1-2 детей), многдетную (3 и более детей).

4. Географическому признаку (городскую, сельскую, отдаленную семью (проживающую в труднодоступных районах или в районах Крайнего Севера).

5. Однородности социального состава: однородные семьи (имеется схожий уровень образования и характер профессиональной деятельности у супругов); неоднородные семьи: (объединяют людей разного уровня образования и профессиональной ориентации).

6. По типу главенства (распределению власти) семьи могут быть авторитарными и эгалитарными (равноправными).

7. По качеству отношений и психологической атмосфере (благополучные (гармоничные); неблагополучные (они делятся на: нестабильные (непредсказуемость поведения), дезорганизованные (отставание семейных отношений от общего уровня развития общества), социально-неблагополучные (низкий культурный уровень членов семьи, антисоциальное поведение).

8. По социально-ролевым признакам (традиционная семья, где четко определены требования ко всем членам семьи, в зависимости от их социальной роли; детоцентрическая семья, в которой основой межличностных отношений выступают отношения между ребенком и родителями; супружеская семья, где основа – связь между супругами.)

9. Семейный стаж (молodoжены (до полугода совместной жизни); молодая семья (0,5-3 года совместной жизни); семья среднего (супружеского) возраста (3-10 лет совместной жизни); зрелая семья (10-20 лет совместной жизни); пожилые супружеские пары(более 20 лет совместной жизни).

В современных тенденциях выгорания традиционной семьи с увеличением демографического кризиса и разводов, особенно выделяются молодые семьи, представленные в классификации В. С. Торохтия.

Существует два подхода к определению понятия молодой семьи. Первый подход «по сроку в браке» (динамический) выступает условным мерилom от рождения и существования семьи. Приверженец такого подхода В.А. Сысоенко выделяет четыре основных стадии семейной жизни, среди которых «Совсем молодые» (до 4 лет брака) и «Молодые» (5-9 лет).

Второй подход, основанный на максимальном возрасте супругов, и ограничен до 30 лет, как правило, данное определение чаще встречается в юридической литературе: молодая семья - это первые три года после заключения брака(в случае рождения детей - без ограничения продолжительности брака), при условии, что один из супругов не достиг 30-летнего возраста.

Мы будем использовать определение молодой семьи, утвержденное Правительством РФ: «Молодая семья – семья, состоящая в первом зарегистрированном браке, в котором возраст каждого из супругов, либо одного родителя, в неполной семье, не превышает 30лет».

Основной социальной значимой функцией для молодой семьи является воспроизводство населения, в процессе выполнения данной функции супруги вынуждены адаптироваться к новой социальной роли родителя. Т.А. Гурко определяет материнскую (отцовскую) идентификацию как «процесс осознания себя в качестве родителя и принятие (или отрицание) имеющихся культурных норм поведения матери и отца (принятие роли). Материнская (отцовская) идентичность – результат процесса интериоризации культурных норм» [6.с.25]. При рождении первого ребенка молодая семья проходит нормативный кризис жизненного цикла семьи, в результате которого возникают конфликты. Супругам необходимо адаптироваться под новые социальные роли, пересмотреть повседневную жизнь, обязанности, ответственность, распределить бюджет. С появлением ребенка выполнение

семейных ролей распределяется в большей степени по гендерному признаку, т.е. как правило, женщина осуществляет уход за ребенком, мужчина – материально обеспечивает семью. А.Я. Варга также отмечает, еще одну особенность функционирования семьи в этот период – уменьшение свободного времени, в особенности проводимого супругами совместно, что влияет на удовлетворенность брачными взаимоотношениями [3, с. 45–50].

Адаптация супругов к семейной жизни оказывает влияние на характер взаимоотношений между супругами и семейный климат в целом. По определению И.В. Гребенниковой, «адаптация супругов – это приспособление супругов друг к другу и к той обстановке, в которой находится семья» Адаптация в семье может быть материально-бытовой, психологической, личностной. К материально-бытовой адаптации относятся вопросы, связанные с распределением и ведением семейного бюджета, выполнением домашних обязанностей. Психологическая адаптация предполагает совмещение мировоззрения, интересов, ценностей, норм в различных аспектах жизнедеятельности. Важной частью психологической адаптации супругов к семейной жизни является проведение совместного досуга. От того на сколько супруги будут грамотно распределять время на семью и карьеру, личные увлечения, зависит благосостояние семьи в целом. Личностная адаптация предполагает удовлетворенность обоих супругов в интимно-близких отношениях. Семья является психологическим буфером для человека, в котором человек может получить поддержку, понимание, утешение. В молодых семьях эффективность психологической поддержки ниже по сравнению с более длительными браками.

На успешность адаптации супругов к семейной жизни играют важную роль механизмы интеграции. Социально-функциональными механизмами интеграции семьи Э.Г. Эйдемиллер и В.В. Юстицкий называют «совокупность психологических процессов, которые способствуют формированию и развитию просемейных мотивов, снятию отрицательных,

фрустрирующих переживаний — тревоги, стрессов, и разрешению внутренних и межличностных конфликтов» [38, с. 82].

Э.Г. Эйдемиллер и В.В. Юстицкий выделяют два механизма семейной интеграции: механизм «общности судьбы» и «эмоциональной идентификации с семьей». Эти механизмы могут, как сплотить членов семьи, так и отдалить, и привести к разрушению семьи. Механизм «общности семьи» предполагает поддержание совместной семейной деятельности, проведения досуга, ведения бюджета и т.д. [39, с. 95]. Механизм «эмоциональной идентификации с семьей» зависит от уровня эмпатии по отношению к членам семьи, наличия отношений, основанных на партнерстве, поддержке, взаимопомощи. Данный механизм способствует снижению агрессивности по отношению к членам семьи, снижает фрустрацию, создает благоприятную атмосферу, что способствует конструктивному разрешению конфликтов, а также способность противостоять деструктивным факторам окружающей среды.

Трансформации, вынуждающие институт семьи менять свой привычный облик, неумолимы. А.И. Антонов рассматривает существенные изменения, произошедшие с современной молодой семьей, через призму влияния требований, диктуемых современным обществом, он выделяет:

1. Выгорание функции экономического производства. Семья приобретает характер потребителя, вместо производителя.
2. Процессы индустриализации и урбанизации приводят к ослабеванию родственных связей и эмансипации молодой семьи, что влечет за собой выгорание социализирующей функции семьи.
3. Обособление молодых семей от старших поколений ведет к усугублению "Конflikта поколений" из-за чего возникает сбой в межпоколенной трансмиссии ролевых моделей.

Рассмотрев формат изменений произошедших в функционале молодой семьи, можно выделить характерные особенности современной молодой семьи (Т.В. Андреева, А.И. Антонов, О.Н. Безрукова, Е.А. Гаврилова,

С.В. Ильинский, Л.В. Карцева, Д.А. Мельникова, А.А. Миронова, С.И. Самыгин).

Во-первых, это массовое распространение вариативных форм брака (пробные, гостевые, сезонные браки), с целью преодоления рутинизации отношений и добиться максимального удовлетворения индивидуальных потребностей и интересов, пишет Е.А. Гаврилова. Пробный или гостевой брак, предполагает заключение официальных брачных отношений, но при этом не объединяющее одной территорией проживания, без ведения общего быта. При этом супруги встречаются для проведения общего досуга, праздников, отпусков и т.д. Нередко, супруги обуславливаются состоять в такой форме брачных отношений до решения воспроизведения потомства, но это решение не всегда может объединить "пробных" супругов. Данная особенность может формироваться у молодых супругов неудовлетворенных браком, уточняют С.В. Ильинский и Д. А. Мельникова. Т.В. Андреева подчеркивает, что именно удовлетворенность браком является основополагающей характеристикой качества супружеских отношений.

Вторая особенность современных молодых семей - снижение рождаемости, малодетность, сознательная бездетность. Эта особенность первостепенно объясняется, как снижение потребности супругов в детях. Современный тип воспроизводства населения влечет и переход от естественной рождаемости к регулируемому рационально зачатию и сознательному планированию числа детей, рождаемых каждой женщиной. О.Н. Безрукова видит причину в эгоизме и нездоровом рационализме молодых супругов, она подчеркивает, что превалирование таких качеств влечет за собой откладывание родительской роли.

Третья особенность — это ранняя нуклеаризация семьи. В городе невозможно территориальное сосредоточение широкого родственного круга, здесь возникает раздельное проживание взрослых родственников разных поколений — иначе говоря, наиболее активно идет процесс нуклеаризации семьи, подробно освещенный в трудах В.С.Торохтия Она

проявляется во все более раннем отделении молодежи от родительской семьи в связи со службой в армии, самостоятельным выбором профиля и уровня образования и места работы, профессий, а с другой стороны, и это основной процесс, в неолокальности при вступлении в брак или следующем вскоре после брака разделении брачных пар разных поколений. В городе закрепляется устойчивое разделение мест работы, учебы и местожительства, мест восстановления здоровья и мест длительного отдыха (образ жизни приобретает мультилокальный характер). Процесс нуклеаризации современной молодой семьи исследует А.А. Миронова, она утверждает, что спад обмена различных видов благ и услуг на безвозмездной основе, ведет к усилению "межпоколенного конфликта", в чем вновь можно увидеть эгоизм и рационализм современных супругов, описанный О. Н. Безруковой.

Процессы трансформации института семьи неизбежно ведут к смене привычных представлений о традиционной молодой семье к современной молодой семье, которая будет выглядеть, по мнению А.И. Антонова, так: "Нуклеарная семья, состоящая из супружеской пары и детей, устойчивость которой базируется на характере и прочности супружеских отношений, в свою очередь, основанных на эмоциональной привязанности, т.е. не наличие детей является центральным фактором устойчивости такой семьи"

Открытость брака, которая заменяет развод как средство решения проблем, можно рассматривать как еще одну особенность современной молодой семьи. Зачастую, молодые семьи безуспешно пытаются преодолеть семейные неурядицы, видят рациональным решением открытый брак, который снимает брачные ограничения для обоих супругов по их обоюдному решению: супруги могут менять партнеров, проводить отдельно досуг, но проживать на одной территории. Тем самым, снимая с обоих супругов тяготы принятия такого решения как развод и его последствий, а так же невозможности обращения к семейным отношениям. Данная особенность причинно раскрывается в избыточной тревожности молодых супругов за

будущее молодой семьи, в верности молодых супругов, пишет Л.В. Карцева, анализируя социологические исследования.

А.В.Верещагина, С.И. Самыгин, Л.И. Щербаков, рассматривая тенденции развития молодых семей, отмечают, что наблюдается общая динамика семейных ценностей и ролей: от определенности и жесткой предписанности к гибкости семейных ролей, росту вариативности поведенческих моделей, не только освобождает человека, но и требует от него дополнительных усилий и порождает высокую психологическую нагрузку". [28]

Пятая особенность современных молодых семей – высокий риск возникновения супружеских конфликтов. В свете выделенных тенденций, выпавших на долю современной молодой семьи, актуализируются психологические и бытовые проблемы, связанные с адаптацией к новому укладу жизни: решаются вопросы лидерства, эмоциональной поддержки, распределения домашних нагрузок.

В первые годы брака возникают проблемы, вытекающие из предбрачного периода. На конфликтность жизни молодой семьи влияют факторы, возникающие в добрачный период. Факторы, с которыми сталкиваются молодые люди перед заключением официального брака, могут, как стабилизировать, так и дестабилизировать семейную жизнь. Б. Торнд и Д. Коллард называют эти факторы «факторами риска». Основной «фактор риска» – короткий срок добрачного ухаживания, совместного проживания, который не позволяет в полной мере узнать партнера, препятствует успешной адаптации. При коротком сроке знакомства отмечается излишняя идеализация партнера, что впоследствии может привести к разочарованию в совместной семейной жизни.

В настоящее время на конфликтность молодой семьи также влияют изменения, происходящие в поло-ролевом распределении ролей. Семейные роли постепенно перестают быть гендерно фиксированными, происходит переход от патриархального распределения ролей к демократическому,

эгалитарному распределению семейных ролей. Выполнение функциональных ролей, таких как «кормилиц», «хозяйка», «семейный психотерапевт» и т.д. зависит от структуры и типа взаимоотношений каждой конкретной семьи. Только с помощью взаимного приспособления и учета интересов и потребностей каждого из супругов возможна эффективная ролевая адаптация[5, с. 12].

Кроме того, многие исследователи связывают конфликтность отношений в молодой семье с неосознанным копированием родительской модели поведения. Так, С. Кратохвил замечает, что индивидум научается мужской или женской роли в значительной мере от своих родителей и неосознанно копирует в своей семье родительскую модель поведения. Конфликты в молодой семье являются закономерными, так как часто образец поведения, усвоенный из родительской семьи супругов, различается. Различаться может распределение семейных ролей, материальных ресурсов, хозяйственно-бытовых обязанностей, взгляды на воспитание и развитие детей, методы разрешения семейных конфликтов, механизмы принятия решений и ответственности за принятые решения [6, с. 140]. Все ценности и нормы семейного поведения закладываются в детстве, именно поэтому являются фундаментальными, плохо поддаются корректировке. С. Кратохвил отмечает стабильность и уравновешенность семейных отношений, сформированных партнерами из сходных по распределению власти, обязанностей и в целом по укладу и ценностям семей.

Анализируя феномен современной молодой семьи, мы еще раз убедились, что на сегодня она является одной из актуальнейших проблем современного общества, ведь молодые семьи несут в себе огромный потенциал развития современного общества в целом. Данная тематика отразилась в исследованиях Е.В. Алфеевой, Е.С. Балабановой, Е.С. Варец, А.М. Газиевой, С.И. Голод, Н.М.Давыдова, Л.В. Карцева, И.А. Поташова, Н.В. Скиба, Г.Н. Ярахмедовой и т.д. Обобщая мнения исследователей, можно отметить, что современная молодая семья находится в кризисном положении,

обусловленном различными трансформациями института семьи. Составляя портрет современной молодой семьи можно сказать, что молодая семья – семья, состоящая в первом зарегистрированном браке, в котором возраст каждого из супругов, либо одного родителя, в неполной семье, не превышает 30 лет. Одной из особенностей современной молодой семьи является высокий риск возникновения супружеских конфликтов, что обусловлено периодом адаптации молодой семьи к новому укладу жизни, а значит актуализируются психологические и бытовые проблемы.

Современная семья – это уже не единое целое, члены которого связаны брачными, родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью, привычный облик семьи давно изменился и это неизбежно влечет за собой последствия в виде учащающихся конфликтов и не умения их решать.

1.2. Психологические причины супружеских конфликтов в молодой семье

В большинстве случаев жертвами супружеских конфликтов становятся молодые люди, которые, вступая в брак, мало задумываются над тем, какие проблемы и трудности их ожидают, как будут строиться их семейные отношения. Они связывают себя узами брака, только полагаясь на чувство взаимной любви. Но зачастую случается так, что сильная потребность иметь любимого рядом приводит к тому, что нередко людям кажется, что они наконец-то его нашли. Эта установка мешает реально увидеть достоинства и недостатки любимого. Однако рано или поздно человек раскрывается и наступает разочарование. [11, с. 6]. Исследованием причин супружеских конфликтов занимались Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, И.Ф. Дементьева, Е.С. Калмыкова, Н. И. Камнева, О. И. Качанова, Л.В. Киселева, Ю.С. Котельникова, Ф.Ю. Лукин и т.д.

Для того, чтобы ясно понять суть супружеского конфликта в молодой семье следует раскрыть понятие конфликта в целом.

По мнению профессора К.Боулдина, конфликт - это ситуация соперничества, в которой стороны осознают несовместимость возможных позиций и каждая сторона стремится занять положение, несовместимое с тем, которое хочет занять другая. В.А.Боженко, обобщая мнения отечественных и зарубежных исследователей, заключает, что термин конфликт, раскрывается непосредственно через такие понятия, как - противоречие, противоборство, противодействие и т.д., слов с приставкой "против", которая обуславливает тенденцию борьбы с чем-либо или для защиты чего-либо.

Ф. Ю.Лукин определяет социальное значение конфликта двойственно: с одной стороны, конфликт несет конструктивные функции, что способствует эмоциональной разрядке, стимулировать участников конфликта на содействие или изменения, способствовать переоценке прежних ценностей; Но существуют и деструктивные функции, которые препятствуют достижению основной цели конфликта- разрешению противоречий- это влечет за собой возможность насильственных способов разрешения конфликта, уменьшение стимулов сотрудничества, формирование "вражеского" облика оппонента.

Н. И. Камнева в исследовании конфликтности молодых супругов в современной семье, раскрывает сущность семейного конфликта в обострении противоречивых взглядов и несовпадении мотивов поведения членов семьи.

Семейные конфликты – это конфликты, возникающие между членами одной семьи как по поводу вопросов жизнедеятельности семьи, так и по поводу удовлетворения разнообразных потребностей ее членов, соответствия ролевого поведения ожиданиям [2].

Конфликтными супружескими союзами называют такие, в которых между супругами имеются постоянные ссоры, где их интересы, потребности, намерения и желания приходят в столкновение, порождая особо сильные и продолжительные отрицательные эмоциональные состояния [9, с. 11].

Участники супружеских конфликтов часто не являются противоборствующими сторонами, адекватно осознавшими свои цели, скорее они жертвы собственных неосознаваемых личностных особенностей и неправильного, не соответствующего реальности, видения ситуации и самих себя. Для семейных конфликтов характерны крайне неоднозначные и потому неадекватные ситуации, связанные с особенностями поведения людей в конфликтах. Демонстрируемое поведение часто маскирует истинные чувства и представления о конфликтной ситуации и друг о друге. Так, за грубыми и шумными столкновениями супругов могут скрываться привязанность и любовь, а за подчеркнутой вежливостью – эмоциональный разрыв, хронический конфликт, иногда и ненависть [7].

Конфликт обычно вызывается какой-то сложной для супругов проблемой. Исследователи предлагают различные классификации причин супружеских конфликтов.

Самую известную классификацию причин конфликтов в молодой семье по критерию частичного или полного неудовлетворения тех или иных потребностей одного или обоих супругов предлагает исследователь В.Сысенко, он разделил причины конфликтов в молодой семье на три группы:

1. Конфликты, основанные на несправедливом распределении труда. Молодые супруги по-разному понимают права и обязанности, главным в распределении семейных обязанностей В.А. Сысоенко отмечает согласованность, поиски которых так же могут сопрягаться с конфликтами. В эту группу входят несовпадение ролевых ожиданий у молодых супругов, ролевые конфликты и конфликты представлений.

2. Конфликты, базирующиеся на почве неудовлетворенных потребностей. Семейно-брачные потребности молодых супругов значительно отличаются, отмечает Т.В. Андреева и Т.Ю. Пипченко, если у женщин (20-30 лет) преобладают эмоционально-духовные, то у мужчин в том же возрастном диапазоне сексуально-коммуникативные потребности.

3. Конфликты, обусловленные недостатками в воспитании, недостаточным уровнем сформированности личных качеств.

В.А. Сысоенкополагает, что брак стабилен лишь в том случае, когда супружеское общение несет в себе положительный эмоциональный заряд, когда ни один из супругов не испытывает чувства отчуждения и психического одиночества. Для каждого супруга в совместной жизни должен быть достигнут какой-то минимальный необходимый уровень удовлетворения потребностей, в противном случае возникает дискомфорт, формируются и закрепляются отрицательные эмоции и чувства.

Исследователи С.Г. Шуман и В.П. Шуман также связывают возникновение супружеских конфликтов со стремлением людей удовлетворить те или иные потребности или создать условия для их удовлетворения без учёта интересов другого супруга или членов семьи. Супружеский конфликт, отмечают исследователи, порождается не одной, а комплексом причин:

1. Эгоцентрическая направленность на удовлетворение одного из молодых супругов только своих потребностей.
2. Не оптимальное завышение материальных ценностей.
3. Самооценка одного из молодых супругов значительно превосходит самооценку второго супруга.
4. Отсутствие эффективной коммуникации между молодыми супругами и их ближайшим кругом общения.
5. Отсутствие желания или умения вести хозяйство.
6. Отсутствие стремления принимать разницу психологических особенностей личности молодых супругов (Темперамент, характер, направленность и т.д.),

О.В.Миллер, исследуя особенности конфликтов в молодой семье, подчеркивает трудности, с которыми сталкивается современная молодая семья, это материальные, жилищные, психологические, культурно-досуговые.

Другую классификацию причин супружеских конфликтов в молодой семье, более развернутую и подчеркивающую эмоциональную доминанту современной молодой семьи, предлагает исследователь Л.В. Киселева, которая отмечает, что причины семейных разногласий и неудовлетворенности друг другом могут быть самыми различными [14, с. 16].

1. Эгоизм. Все причины семейных бед чаще всего следует искать в эгоизме одного или обоих супругов, которые исходят только из своих желаний и потребностей. Эгоизм в семье и есть главный враг счастливого супружества.

2. Неуступчивость супругов – главное препятствие к взаимопониманию, согласию, семейной гармонии. А.Кочетов полагает, что семейное согласие строится постепенно на взаимопонимании и собственном самосовершенствовании. Если кого-либо из супругов не устраивают привычки, потребности и установки другого, необходимо, чтобы и другой супруг осознал и понял необходимость перемены. Исправить положение можно в том случае, если этого хотят оба супруга. Скандалы, ультиматумы, брань, даже физическое насилие не побуждают к лучшему поведению, не помогают, а только мешают виновному исправить свои ошибки или избавиться от недостатков. Повысить культуру быта, культуру отношений – это значит и повысить требовательность супруга к самому себе.

3. Вмешательство в семейные дела родителей. Если муж и жена любят друг друга, они с юмором относятся к наветам и подозрениям своих родителей, решительно опровергают обвинения в адрес любимого человека.

4. Измена и ревность – главные враги супружества. Главная причина неверности – неудовлетворенность в супружестве. Измена в молодые годы возникает из-за непонимания сложностей супружества. Изменяя, человек допускает ошибку, пытаясь таким путем решить семейные или личные проблемы. Если измена случилась впервые, лучшее решение – стать иным, чтобы исключить повторную неверность в супружестве. А для

этого надо разрушить не брак, а неправильные прежние устои сложившихся семейных отношений, создать новый фундамент супружества.

Что касается ревности, то она может быть естественной, охраняющей семейный очаг, и болезненной, патологической, разрушающей семью. Ревность допустима и может служить чувству любви только в одном случае: если она подчеркивает избирательность чувств, выступает как мера предосторожности в сохранении семейного очага, обостряет любовные отношения.

Исследователь И.Ф. Дементьева видит причину супружеской конфликтности в современной молодой семье в малодетности, поскольку последствия воспитания детей в семьях такого типа очевидны: эгоцентризм детей, полное освобождение от каких-либо обязанностей, ограждение от всякого рода каких-либо семейных трудностей и проблем, самоограничение родителей во имя ребёнка. Выросший в таких условиях будущий брачный партнёр не подготовлен к преодолению собственных проблем, не приучен считаться с чужими интересами, желаниями. Наиболее простой выход из критической ситуации семейных сложностей такой юноша (девушка) видит в разводе. При этом родительская семья часто не пытается воздействовать в направлении сохранения молодой семьи, так как, во-первых, убеждена в исключительности собственного ребёнка и, во-вторых, видит свою задачу прежде всего в защите родного чада[8].

Таким образом, супружеские конфликты в молодых семьях имеют различную этиологию, обобщая взгляды исследователей можно выделить:

Во-первых, психологические причины конфликтов обуславливаются особенностями общения между молодыми супругами. Ю.Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е.М. Дубровская рассматривали общение, как механизм, который в наибольшей степени характеризует успешные и неуспешные семьи. Наличие отлаженной системы межличностного общения в молодой семье, скорее всего, свидетельствует о том, что этот брак успешен. Чем менее отлажен механизм общения в молодой семье, тем более усугубляются семейные

отношения, что служит почвой для образования конфликтов: ухудшаются взаимоотношения между молодыми супругами и их ближайшим кругом общения, процесс адаптации к различным социальным ситуациям проходит сложнее.

Во-вторых, не удовлетворенность браком молодых супругов, так же можно рассматривать как психологическую причину возникновения конфликтов в молодой семье. Ю. С. Котельникова, обобщая мнения С.И. Голод и В. А. Сысоенко, поясняет, что удовлетворенность браком -это субъективная характеристика супружеских взаимоотношений, отражающая оценку к супругу и совместным семейным отношениям (браку).[17] Критерии удовлетворенности браком, такие как совпадение(несовпадение) ценностных ориентаций в молодой семье, личные особенности молодых супругов, и мотивы вступления в брак, напрямую влияют на возникновение конфликтов в молодой семье.[26]

Ролевые ожидания и притязания в браке так же являются основой для возникновения конфликтов в молодой семье, как мы уже сказали, разность семейных установок и иерархии семейных ценностей, может сказать о психологической совместимости молодых, а значит и к склонности к конфликтам в молодой семье.

Супружеский конфликт не проходит бесследно, он обязательно отбрасывает тень на атмосферу в молодой семье. В результате, усиливается отчуждение, не удовлетворяются эмоционально-психологические потребности супругов, накапливаются отрицательные чувства и эмоции, более вероятной становится супружеская измена.

Среди последствий супружеского конфликта можно выделить следующие: высокая автономность потребностей, интересов, желаний, намерений, основных взглядов и жизненных установок. Процесс их слияния затрудняется; автономные потребности и интересы конфликтующих супругов слишком часто вступают в конфронтацию, рождая стрессовые ситуации; любовь между супругами постепенно угасает, не переходя в

стадию прочной супружеской дружбы; не устанавливается взаимопонимание, взаимная психическая поддержка, растёт замкнутость и отчуждённость; часто теряется взаимное уважение; наблюдается рассогласованность в семейной деятельности, кооперации в сфере домашних и других житейских дел; происходит накопление отрицательных чувств и эмоций по отношению друг к другу, баланс которых значительно превышает баланс положительных эмоций.

Если молодые конфликтные супруги успели обзавестись детьми, то их конфликтный опыт создаёт условия, которые препятствуют полноценному духовному и психическому развитию ребёнка – духовная атмосфера семьи лишена покоя, мира, благополучия, стабильности, в результате чего ребёнок не усваивает целый ряд нравственных общественных норм, растёт безнадзорность и бесконтрольность его поведения, снижается способность ребёнка к адаптации [9, с. 112].

Но, пожалуй, самым радикальным последствием супружеского конфликта является развод. Дезорганизация супружеской жизни и хронические конфликты между супругами ярче всего выявляются в статистике разводимости. Развод – это финал длительного периода дезорганизации супружеской жизни, хронических ссор и конфликтов, накопленных обид и недоразумений. В общем ряду причин распада семьи сегодня занимают первое место отсутствие общих взглядов и интересов, что свидетельствует о важности процесса объединения индивидуальных духовных ценностей супругов, создания общего духовного мира со своей семьёй.

Вследствие развода страдают не только сами супруги, но и их дети (если молодые супруги успели ими обзавестись), поскольку редко, когда разрыв супругов проходит без видимых для ребёнка конфликтов и супруги сохраняют нормальные конструктивные отношения. Чаще всего бывшие супруги не находят общего языка, отец исчезает из жизни ребёнка или предпринимает неудачные попытки увидеться с ним, которым препятствует

мать. Изоляция ребёнка от отца, как известно, приводит к пагубным последствиям – тотальной феминизации воспитательных практик, поскольку за пределами семьи детей воспитывают почти исключительно женщины – в детском саду, школе и в других детских учреждениях. Кроме того, последствия развода отражаются и на других сферах жизнедеятельности ребёнка – отмечаются снижение его познавательных установок, низкая школьная успеваемость, слабая выраженность стремления к достижениям [10, с. 72 – 74].

Таким образом, семейные конфликты – это конфликты, возникающие между членами одной семьи как по поводу вопросов жизнедеятельности семьи, так и по поводу удовлетворения разнообразных потребностей ее членов, соответствия ролевого поведения ожиданиям. Низкий или не достаточно развитый уровень межличностного общения и уровень восприятия друг друга молодыми супругами, а так же несовпадение ролевых ожиданий и притязаний в браке, являются психологическими причинами конфликта в молодой семье. С одной стороны, семейные конфликты, является сугубо личным и интимным делом каждой отдельной семьи. Но с другой стороны, если принять во внимание тот факт, что именно супружеские коллизии в современных молодых семьях, где доминантой является не привычный нам традиционализм, а очень неустойчивый эмоциональный фундамент, могут привести к распаду молодой семьи, то снижение конфликтности в современных молодых семьях – является одной из важнейших задач современного научного сообщества. Исследования О.В. Миллер, показали, что 20% молодых супругов признают потребность в участии квалифицированных психологов и социальных работников в разрешении семейных конфликтов. Необходимость постороннего вмешательства так же допускается молодыми супругами в качестве освещения причин семейных конфликтов и методов профилактирования.

1.3. Методы профилактики конфликтов в молодой семье

В связи с демографическим кризисом, падением рождаемости, увеличением разводов и сожительства, обуславливающих повышение психологического напряжения в молодых семьях и как следствие учащение конфликтов, особенную актуальность приобретает проблема профилактики конфликтов в молодой семье. А. Я Анцупов, Е.В. Алфеева, Е.С. Балабанова, Е.С. Варец, А.М.Газиева, С.И. Голод, Н.М.Давыдова, Л.В. Карцева, И.А. Поташова, Н.В. Скиба, А. И. Шипилов, Г.Н. Ярахмедова- это далеко не полный список исследователей, интересующихся проблемами молодой семьи.

Для организации профилактики, т.е. предупреждения конфликтов в молодых семьях, требуется меньшее количество усилий и ресурсов, чем в разрешении конфликтных ситуаций с ликвидацией последствий конфликта, описанных нами в 1.2. Данный факт значительно актуализирует проблему профилактики конфликтов в молодой семье.

Профилактика - это в первую очередь, совокупность мероприятий, предотвращающих от чего-либо. Профилактика конфликтов заключается в такой организации жизнедеятельности субъектов социального взаимодействия, которая исключает или сводит к минимуму вероятность возникновения конфликтов между ними.[42]

На сегодняшний день, молодые семьи признают потребность в оказании помощи квалифицированных специалистов, в решении семейных конфликтов[21].Всем известно, что чем раньше обнаружена проблемная ситуация, тем намного меньше необходимо будет приложить усилий для того, чтобы разрешить ее конструктивно.

В теоретическом исследовании проблемы, нам удалось выделить психологические причины супружеских конфликтов в молодой семье, которые мы можем профилактировать.

Во-первых, это причины, кроющиеся в особенностях отношений между молодыми супругами. В эту группу причин, можно отнести доверительность

в общении, взаимопонимание в общении, сходство во взглядах, легкость общения, психотерапевтичность общения.

Вторая группа причин, базируется на степени удовлетворенности в браке, в нее входят: восприятие себя и супруга, семейные установки, удовлетворенность потребностей в браке.

И третья группа ролевых ожиданий и притязаний в браке.

Данные причины, порождающие конфликт и при не удачном разрешении противоречий усугубляются и порождают более деструктивные конфликты.

Профилактика конфликтов в молодых семьях осуществляется с помощью социально-психологических усилий, которое имеет приоритетное направление, согласно А.Г. Харчеву, разработка и осуществление мер по укреплению молодой семьи, как репродуктивной социальной единицы, поддержка в период адаптации супружества.

Методы профилактики конфликтов в молодой семье исходят из общетеоретических социально-психологических методов преодоления конфликтного противостояния представленных в учебном пособии Е.В. Буртовой, они описывают правила, соблюдая которые можно корректировать мысли, чувства, настроение:

Метод согласия, предполагающий привлечение потенциальных конфликтующих в общее дело, в процессе осуществления которого у оппонентов появляется общий круг интересов, что является стимулом для познания друг друга, потенциальные конфликтующие обретают опыт сотрудничества и практику совместного решения проблем.

Метод доброжелательности, предполагает выражение молодыми супругами сожаления, сопереживания и готовности откликнуться и оказать супругу практическую поддержку, что в кризисных ситуациях приобретает особое значение.

Метод сохранения репутации партнера, предполагает выражение должного уважения к личности супруга, признание его достоинства, авторитета в случае негативного развития событий.

Метод взаимного дополнения, предполагает направленность, а так же поддержку и содействие в развитии способностей супруга которыми не обладает второй супруг.

Метод недопущения дискриминации людей, предполагает избегание превосходства одного супруга над другим, требует избегания подчеркивания различий, что позволяет избежать чувство обиды у молодых супругов.

Метод психологического подъема, предполагает что все чувства и настроение поддаются регулированию и требуют поддержки и насыщения.

Более развернуто социально - психологическую поддержку молодой семьи можно рассмотреть через конкретизированные авторские методы.

Метод социальной диагностики М.А.Болдиной, которая видит поддержку молодой семьи в раннем выявлении путем добрачного консультирования, диагностики проблем молодых семей РФ, разработке мониторингов, масштабном информировании о возможных трудностях в процессе становления молодой семьи. Своевременное применение данного метода, по мнению М.А. Болдиной, позволит профилировать возникновение и обострение нежелательного развития событий. Е.И.Иванова описывает **метод конфликтологического консультирования**, заключающийся в целенаправленном собеседовании с клиентом для помощи в исследовании проблем и решений в конфликтной ситуации, возникшей в молодой семье. А.Г. Здравомыслов, выделяет метод **психологического консультирования**, где организуется коррекция дисгармонии семейных отношений и улучшение взаимоотношений семьи психологическими средствами. Психологическое консультирование, по мнению Е.В. Рыбак, Н.Г. Слепцовой, А.Б. Федуловой, Н.В. Цихончик, состоит из нескольких этапов:

1. Беседа - установление доверительных отношений между психологом и молодой семейной парой, снижение тревожности у супругов.

2. Диагностика - предполагается использование диагностических методик, для проверки необходимости психологического консультирования и прогнозирования воздействия на молодую семью.

3. Тренинг- непосредственное проигрывание конфликтных ситуаций актуальных для молодой семьи, поиск рациональных решений разрешения противоречий.

4. Индивидуальная работа - проработка неудавшихся моментов на прошлых этапах по индивидуально подобранным методикам.

Реализация методов, в качестве профилактики конфликтов в молодой семье, на практике должно быть объединено конкретной формой работы, которую психолог может выбирать самостоятельно исходя из особенностей молодой семьи, а так же комбинировать их для достижения комплексного эффекта. Многовариативной формой, позволяющей применять различные технологии и непосредственно применить теоретические навыки на практике, а так же позволяющей проявить инициативу молодых супругов, неподдельную заинтересованность в развитии супружеских отношений, позволяет тренинг. Именно в тренинге возможно создать ситуацию с соблюдением всех предложенных правил и медиировать супружеское общение с посредством присутствия психолога.

На сегодня перечень разработанных программ профилактики конфликтов в молодых семьях нельзя назвать широким. Проблема профилактики конфликтов в молодой семье имеет широкую теоретическую обоснованность, чего нельзя сказать о практических программах. Тем не менее нам удалось выделить некоторые авторские разработки.

В рамках Всероссийского конкурса "Добровольцы России", разработан проект "Школа молодой семьи" волонтером Татьяной Живолудовой, целью которого является поддержка и укрепление статуса молодой семьи, обеспечение условий для психолого-педагогического благополучия на стадии становления молодых супругов. Деятельность в условиях этого проекта направлена на создание семейного благополучия, путем раскрытия

особенностей семейной жизни в молодой семье и стратегий преодоления и нивелирования конфликтов в молодой семье. Одним из результатов проекта "Школа молодой семьи" является приобретение молодыми супругами знаний и навыков конструктивного общения.

О.Н. Еремеева и Н.В. Осташова разработали тренинг "Молодая семья, с чего начинать?", предназначенный для молодых семейных пар, желающих повысить уровень взаимопонимания и активировать ресурсы для семейного развития. Одним из результатов такого тренинга О.Н. Еремеева и Н.В. Осташова видят повышение уровня взаимопонимания и доверительности у молодых супругов.

Институт интегративной семейной терапии предлагает тренинг "Молодая семья", для поддержки этапа становления молодого супружества, так как именно в этот период закладывается основа на котором в дальнейшем будет развиваться семья.

Е.М. Андрейковец считает, что современные меры профилактики конфликтов в молодой семье не достаточно эффективны и предлагает профилактировать конфликты в молодой семье с помощью метода "Форум-театр".[2] В данном методе используется методика театрального сценического действия и обратная связь с аудиторией. Особенность данного метода заключается в отсутствии рекомендаций, как следует поступать в сложившейся ситуации, в ходе спектакля разыгрывается проблема - повседневный конфликт, затем следует драматизация и кульминация.

Н. А. Устинова и П.В. Швецов в рамках эмпирического исследования использования позитивного подхода в сопровождении молодых семей, разработали программу сопровождения "Моя счастливая семья". [35] Программа включает два раздела: информационный, направленный на повышение психологической компетенции молодых супругов в вопросах семейных отношений; и практико-ориентированный, направленный на закрепление дидактической информации и формирование навыков эффективного взаимодействия в молодой семье. Ожидаемыми результатами,

по мнению авторов, будет выступать адекватное восприятие своих достоинств и недостатков, сформированные навыки рефлексии у молодых супругов, повышение удовлетворенности семейной жизнью, смена деструктивных стратегий в конфликтных ситуациях. В ходе апробации программы, авторы получили данные, позволяющие судить о ее эффективности.

Таким образом, мы рассмотрели методы и авторские программы, направленные на профилактику конфликтов в молодой семье. Ни теоретически, ни практически нет определенных требований и норм организации профилактики супружеских конфликтов в молодой семье. Но совершенно очевидно, что каждая из программ и методов подразумевает практическую ориентированность в реализации программы профилактики.

Помимо способов профилактики, нам необходимо рассмотреть формы работы педагога-психолога в рамках профилактики конфликтов в молодой семье.

При анализе психолого-педагогической литературы наиболее часто встречается тренинговая форма.

Я.А. Баскакова и О.В. Тулупина, определяют тренинг как способ перепрограммирования имеющейся модели управления поведением и деятельностью.

Работа в тренинге предполагает практическую направленность, позволяющую погрузить молодых супругов в проблему профилактики конфликтов в молодой семье и сформировать навыки поведения которые будут препятствовать возникновению конфликта.

Групповая работа, как второе преимущество в организации работы в форме тренинга. Групповая работа, в данном случае, позволяет наглядно проиллюстрировать молодым супругам, что данные проблемы свойственны не только им, но и многим другим молодым семьям. Это позволит сформировать отношение к периоду молодого супружества как к закономерному кризисному периоду, которому свойственно логическое

завершение, что так же снизит тревожность молодых супругов и будет содействовать в профилактике конфликтов в молодой семье.

Третьим преимуществом можно отметить непосредственную и целенаправленную работу педагога-психолога с молодой семьей, что позволяет сосредоточить усилия на формировании у молодых супругов навыков эффективного взаимоотношения, которые в будущем будут служить основой для предотвращения конфликтов в молодой семье.

Таким образом, социально-психологический тренинг позволяет комплексно охватить и решить задачи профилактики конфликтов в молодой семье.

Таким образом, на основе проведенного теоретического анализа можно сказать, что проблему профилактики конфликтов в молодой семье исследовали Е.М. Андрейковец, А.Я. Анцупов, М.А. Болдина, Е.С. Варец, А.М. Газиева, Н.М. Давыдова, О.Н. Еремеева, Л.В. Карцева, Н.В. Осташова, И.А. Потапова, Н.А. Устинова, П.В. Швецов и т.д. Теоретическое освещение феномена профилактики конфликтов в молодой семье достаточно широко и объемно, чего нельзя сказать о практике. Профилактика - это в первую очередь, совокупность мероприятий, предотвращающих от чего-либо. Профилактика конфликтов заключается в такой организации жизнедеятельности субъектов социального взаимодействия, которая исключает или сводит к минимуму вероятность возникновения конфликтов между ними. Ресурсная истощенность практики профилактики конфликтов в молодых семей обусловили диагностическое исследование и составление программы профилактики конфликтов в молодой семье.

Рассмотрев авторские программы и общие рекомендации исследователей к подходу профилактики конфликтов в молодой семье, можно сказать, что тренинг позволяет эффективно подойти к вопросу работы с детерминантами конфликта в молодой семье. Мы считаем, что обусловить большую эффективность позволит комбинация тренинга и психологического просвещения, как необходимого компонента

формирования психологического знания у молодых супругов в вопросе профилактики конфликтов в молодой семье. Данная стратегия предполагает большую трудоемкость, поэтому целесообразно разделить их на два компонента: психологическое просвещение- формирование представлений о профилактике конфликтов в молодой семье и практическое ориентирование, предполагающее непосредственный тренинг.

При составлении программы необходимо учесть опыт существующих эффективных способов профилактики конфликтов в молодой семье, такие как программа "Моя счастливая семья"(Н.А. Устинова, П.В. Швецов), метод "Форум-театра"(Е.М. Андрейковец), метод психологического консультирования (Е.В. рыбак, Н.Г. Слепцова, А.Б. Федулова).

Программа должна так же учитывать принципы преодоления конфликтного поведения, которые будут ориентировать участников в необходимой коррекции мыслей, чувств, настроения: метод согласия, метод доброжелательности, метод сохранения репутации партнера, метод взаимного дополнения, метод недопущения дискриминации людей, метод психологического подъема.

В составляемой программе так же необходимо учесть возрастные особенности молодых супругов, их сферу потребностей и интересов для создания внутренней заинтересованности в деятельности.

Программа профилактики конфликтов в молодой семье будет считаться эффективной в том случае, если будут учтены особенности каждого способа профилактики конфликтов в молодой семье, что обусловит комплексный характер не только организации профилактической работы с молодыми семьям, но и позволит сформировать у супругов умение контролировать собственное поведение и эмоциональное состояние в условиях конфликта, тем самым предотвратить возможные конфликтные ситуации в будущем.

Вывод по первой главе

Проводя теоретический анализ феномена современной молодой семьи, мы убедились в актуальности исследования, которая обусловлена значительными изменениями происходящими в институте современной семьи, под влиянием социальных процессов в современном обществе. Отличительной чертой современной молодой семьи определяется процессом становления и формирования супружества.

Проблема выявления причин и способов профилактики конфликтов в молодой семье становится актуальной для научного сообщества, так как в период трансформации общества вырос показатель разводов, особенно среди молодых семей.

Опираясь на труды авторитетных представителей различных областей знания, а именно:

- Теории исследования феномена семьи А.И.Антонов, М. Боуен, В.С. Торохтитй, Л.Б. Шнейдер, Э.Г. Эйдмиллер;
- Тенденции развития современной семьи А.В.Верещагина, И.В. Гребенщикова, С.И. Самыгин Л.И.Щербаков,
 - Конфликт в молодой семье К. Болдуин, И.Д. Дементьева, Н.И. Камнева, Л. В. Киселева, Ф.Ю. Лукин, В. Сысоенко;
 - Подходы к профилактике конфликтов в молодой семье Е.М. Андрейковец, А.Я. Анцупов, М.А. Болдина, Е.С. Варец, А.М. Газиева, Н.М. Давыдова, О.Н. Еремеева, Л.В. карцева, Н.В. Осташова, И.А. Потапова, Н.А. Устинова, П.В. Швецов;
 - Основы социально-психологического тренинга Р.Бакли, И.В. Вачков, Ю.Н.Емельянов, Т.В. Зайцева, В.П. Захаров, А.Г.Лидерс, Л.А. Петровская;

Все исследователи отмечают неоднозначное положение феномена молодой семьи и представляют различные классификации причин конфликтов возникающих в них. В своем исследовании мы определили

что, молодая семья – семья, состоящая в первом зарегистрированном браке, в котором возраст каждого из супругов, либо одного родителя, в неполной семье, не превышает 30 лет. Анализируя психолого-педагогическую литературу, нам удалось выявить характерные особенности молодой семьи. Во-первых, это массовое, распространение вариативных форм брака. Во-вторых, тенденция снижения рождаемости и сознательная бездетность. Ранняя нуклеаризация молодой семьи – это еще одна характерная особенность, так же как открытый брак, как средство замены развода. Пятой, и пожалуй самой тревожной, на наш взгляд, характерной особенностью является высокий риск возникновения конфликтов в молодой семье. Именно эта особенность дает актуальность исследования семейных конфликтов.

Семейные конфликты – это конфликты, возникающие между членами одной семьи как по поводу вопросов жизнедеятельности семьи, так и по поводу удовлетворения разнообразных потребностей ее членов, соответствия ролевого поведения ожиданиям. Мы выделили психологические причины конфликтов в молодой семье, которые связаны с особенностями общения между супругами, удовлетворенностью браком, ролевыми ожиданиями и притязаниями в браке.

Профилактика конфликтов в молодой семье заключается в устранении психологических причин появления конфликтов в молодой семье. Что обуславливает необходимость эмпирического исследования и составления программы профилактики супружеских конфликтов в молодых семьях, направленную на развитие у молодых супругов навыков саморегуляции поведения, эффективного межличностного взаимодействия молодых супругов, создание эмоционально-комфортного климата в семье, медиации ролевых ожиданий и притязаний в браке. Для практической значимости работы необходимо подтвердить эффективность составленной программы, так как это позволяет говорить о сформированности у супругов умений контролировать собственное поведение и эмоциональное состояние в

условиях конфликта, тем самым предотвращать возможные конфликтные ситуации в будущем.

2. Опытнo – исследовательская работа по профилактике супружеских конфликтов в молодой семье

2.1. Организация исследования, анализ результатов первичной диагностики.

На основании теоретического анализа проблемы профилактики конфликтов в молодой семье, нами было организовано эмпирическое исследование. Целью которого стало разработать и апробировать программу профилактики конфликтов в молодой семье. Исходя из цели, мы поставили следующие задачи:

1. Измерить критерии удовлетворенности межличностного общения, удовлетворенности браком и согласованности семейных ценностей в молодых семьях.
2. Составить и апробировать программу профилактики конфликтов в молодых семьях.
3. Соотнести результаты диагностических исследований выборки до апробации программы профилактики конфликтов в молодой семье и после.

Экспериментально - исследовательская работа, была реализована поэтапно.

На констатирующем этапе нами были проведены диагностические мероприятия, для сбора данных у выборки до начала апробации программы.

Разработка и апробация программы профилактики конфликтов в молодой семье, была реализована в формирующем этапе экспериментально-исследовательской работы.

На контрольном этапе осуществлялась повторная диагностика с целью сбора данных с выборки, участвовавшей в апробации программы профилактики конфликтов в молодой семье.

Экспериментальное исследование, а так же составление и апробация программы профилактики конфликтов в молодой семье, проводилось на базе Центра консультативной помощи г. Сухой Лог.

В эмпирическом исследовании принимали участие 20 человек, являющиеся молодыми супругами. Выборка состояла из 10 молодых семей вошедших в экспериментальную группу, участвовавших формирующем этапе эксперимента и 10 молодых семей вошедших в контрольную группу, не участвовавших в апробации программы, средний возраст выборки 25 лет, выборка формировалась из молодых семей, обратившихся к психологу в центр консультативной помощи, по вопросам организации успешных межличностных отношений с супругам, проявившие заинтересованность в участии апробации программы профилактики конфликтам в молодой семье.

Для оценки эффективности программы профилактики конфликтов в молодой семье, путем соотнесения результатов диагностики до и после формирующего этапа эксперимента в экспериментальной группе, был использован непараметрический критерий Т-критерий Вилкоксона, в связи с тем что он позволяет осуществлять выявление различий между парными измерениями выборки по уровню количественного признака. Для выявления значимости различий между контрольной и экспериментальной группой до и после апробации программы нами был выбран непараметрический U-критерий Манна-Уитни, для выявления различий между двумя независимыми выборками.

Математико-статистическая обработка данных была осуществлена с помощью программы IBM SPSS Statistics Standard Edition.

Подбор методик сбора эмпирических данных осуществлялся в соответствии с целью и задачами эмпирического исследования, а так же в соответствии с теоретическим изучением объекта и предмета

исследования, надежностью методик и реальными условиями организации исследования.

Для конструирующего этапа эмпирического исследования нами были выбраны комплементарные методики Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубровская Особенности общения между супругами, тест - опросник удовлетворенности браком Г.П. Бутенко, Т.Л. Романовой, В.В. Столина.

Методика Ю.Е.Алешинной, Л.Я.Гозмана, Е.М Дубровской особенности общения между супругами, является методикой для анализа механизма общения между супругами, с целью осуществления нужд семейного консультирования. Данная методика надежна, валидна и стандартизирована, что обуславливает соответствие психометрическим требованиям. Данный опросник состоит из 48 вопросов, которые распределяются по шкалам: "Доверительность общения", "Взаимопонимание между супругами", "Сходство во взглядах супругов", "Общие символы семьи", "Легкость общения между супругами", "Психотерапевтичность общения" Данная методика подразумевает самостоятельный выбор респондента ответа на представленные вопросы, в которых сформулированы проявления особенностей межличностного общения супругов. Ответ на вопрос подразумевает оценку проявления особенностей общения между супругами вариантами "Очень часто", "Достаточно часто", "Довольно редко", "Очень редко". Результаты ответов респондента интерпретируются с помощью присвоения определенной количественной характеристики: за ответ "Очень часто"- 4 балла, "Достаточно часто"-3 балла, "Довольно редко"- 2балла и "Очень редко"- 1 балл.

После обработки результатов исследования по представленным формулам для вычисления индекса каждой шкалы, приводится качественная характеристика шкал: "Доверительность общения", "Взаимопонимание между супругами", чем выше

количественная характеристика, тем больше она характеризует доверительность или взаимопонимание общения между супругами. "Сходство во взглядах супругов", чем выше балл, тем больше оснований говорить о сходстве во взглядах в общении между супругами. "Общие символы семьи", чем выше индекс по этой шкале, тем больше оснований полагать о существовании "семейного" языка. "Легкость общения между супругами", чем выше балл, тем легче общаться супругам между собой. "Психотерапевтичность общения", чем выше балл, тем выше качество внутрисубъектных отношений.

Таким образом, после обработки первичных бланков диагностики по данной методике, мы получили следующие результаты экспериментальной группы, в процентном соотношении:

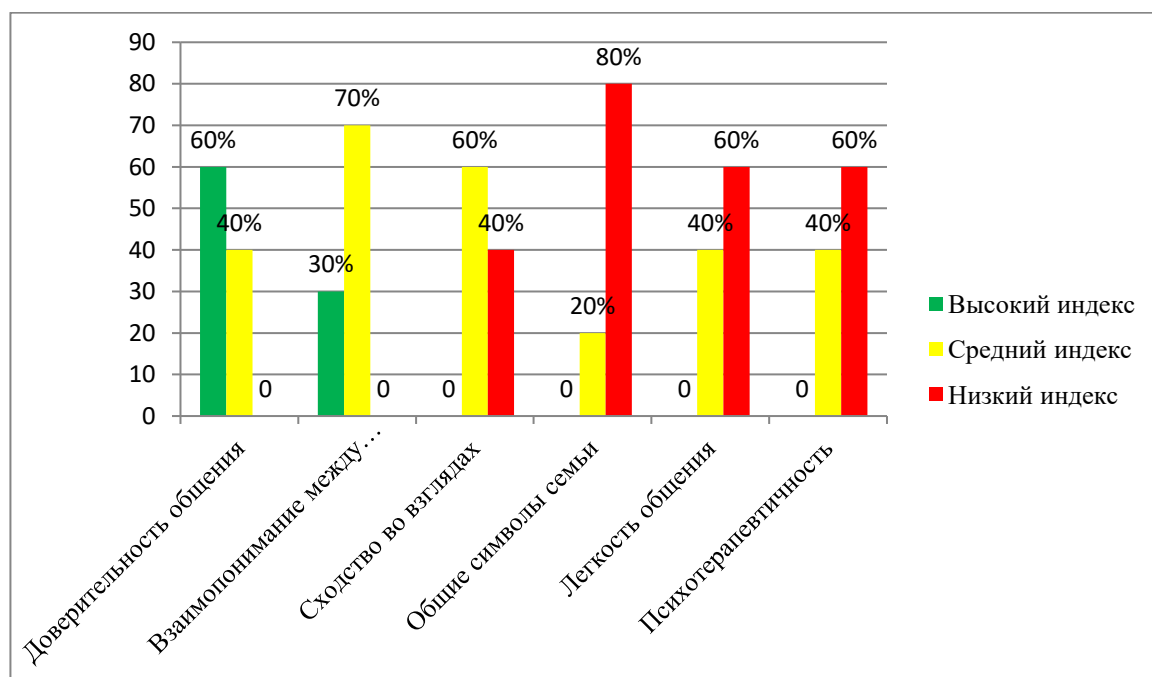


Рисунок 1

Согласно полученным результатам, мы можем констатировать:

По шкале доверительности общения наблюдаются высокие результаты: у 60% процентов выборки высокий индекс доверительности, что говорит о наличии у молодых супругов высокого уровня доверия в межличностном общении. Большинство молодых супругов могут искренне общаться друг с

другом и доверять тайны. 40% выборки обладает средними показателями по данной шкале, что говорит о наличии доверительности общения, но возможной не высокой самораскрытости в нем.

По шкале взаимопонимания в общении между молодыми супругами результаты распределились между высокими показателями 30% выборки и средними показателями 70% выборки. Половина выборки не имеют сложностей в образовании межличностного взаимодействия и понимания друг друга, а вторая половина выборки имеет небольшие затруднения.

Результаты по следующим шкалам менее высокие, так например по шкале сходство во взглядах уже нет представителей выборки с высоким индексом, только 60% выборки могут сказать что они сходны во взглядах на общие ожидания и установки в общении, но все-таки имеют некоторые затруднения. 40% выборки не могут найти баланс и согласовать свои ожидания от процесса межличностного общения в семье.

Так же 80% выборки имеют низкие показатели по шкале общих символов семьи, что может свидетельствовать об отсутствии или низкой развитости семейных традиций, наличии особого языка семейного общения, непонятного другим людям и т.д.

Больше половины молодых супругов, а именно 60% не могут назвать процесс общения со своим супругом легким, это значит что молодым супругам сложно начать и завершить разговор, они чувствуют себя скованно в общении друг с другом. Более проще наладить контакт между собой 45% выборки.

По шкале психотерапевтичности общения 60% выборки имеют низкие показатели, что свидетельствует об низкой эмпатийности молодых супругов и отсутствия глубокого взаимопонимания в общении между супругами, это значит, что наличие отличного стереотипа поведения или взглядов супруги не принимают по не схожести со своими.

Результаты первичной диагностики контрольной группы выборки, представлены на диаграмме, в процентном соотношении:

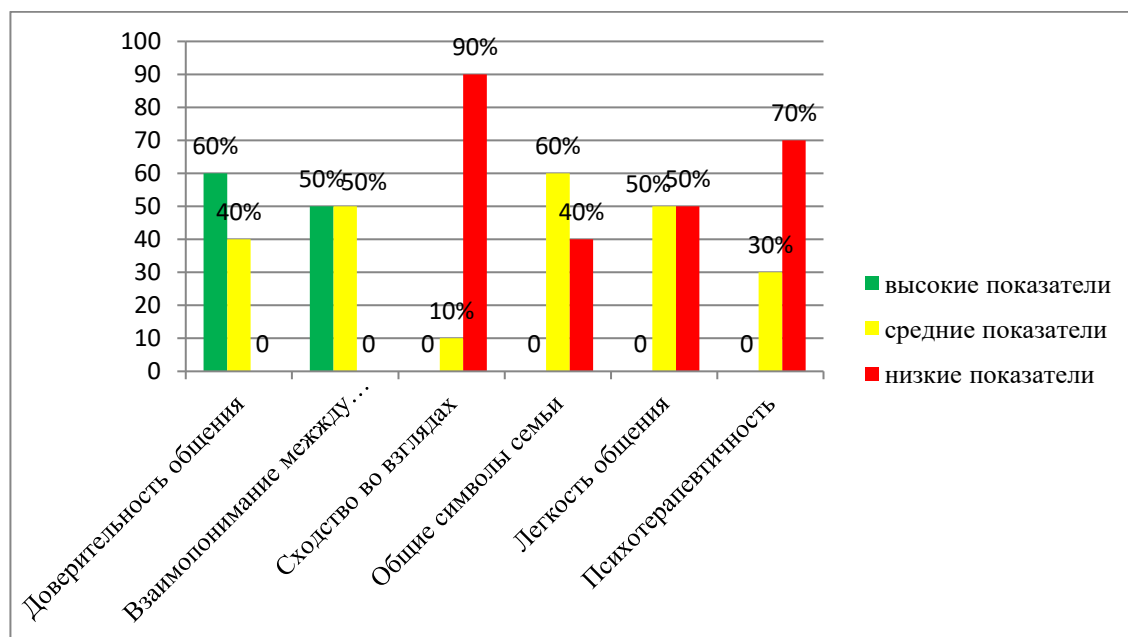


Рисунок 2

Из диаграммы видно, что высокие показатели имеются так же по шкалам доверительности общения 60% и взаимопонимания между супругами 50%, по остальным шкалам можно сказать что высокие показатели отсутствуют и преобладают низкие, так например по шкале сходство во взглядах 90 % имеют низкие показатели, а по шкале общих символов 40% низких показателей, легкость общения распределилась поровну между средними показателями и низкими по 50%, показатели терапевтичности общения преобладают низкого значения 70% выборки контрольной группы.

Таким образом, проанализировав полученные данные можно сказать о том, что наибольшие высокие значения для обеих групп респондентов представляет шкала доверительности общения, что свидетельствует о стремлении молодых супругов быть искренними в межличностном общении друг с другом. Шкала взаимопонимания характерна средними показателями, а шкалы сходства во взглядах, общих символов семьи, легкости и

психотерапевтичности общения, преимущественно получили самые низкие показатели, что свидетельствует о недостаточной развитости баланса взглядов и мнений на различные семейные ценности молодых супругов, а также дефиците семейных традиций, обоюдной эмпатийности, чувства непринужденности в общении, что свидетельствует о недостаточной развитости системы межличностного общения молодых супругов.

В качестве следующей методики в нашем эмпирическом исследовании был использован тест-опросник удовлетворенности браком Г.П. Бутенко, Т.Л.Романовой, В.В. Столина. Опросник представляет собой одномерную шкалу, состоящую из 24 утверждений, относящихся к восприятию себя и супруга, а так же его мнений и установок. Каждому утверждению соответствует 3 варианта ответа: верно, трудно сказать, неверно. После обработки данных по предоставленному ключу, количественную характеристику можно соотнести с качественной.

Таким образом, мы получили следующие данные для первой экспериментальной группы, представленные в процентном соотношении:

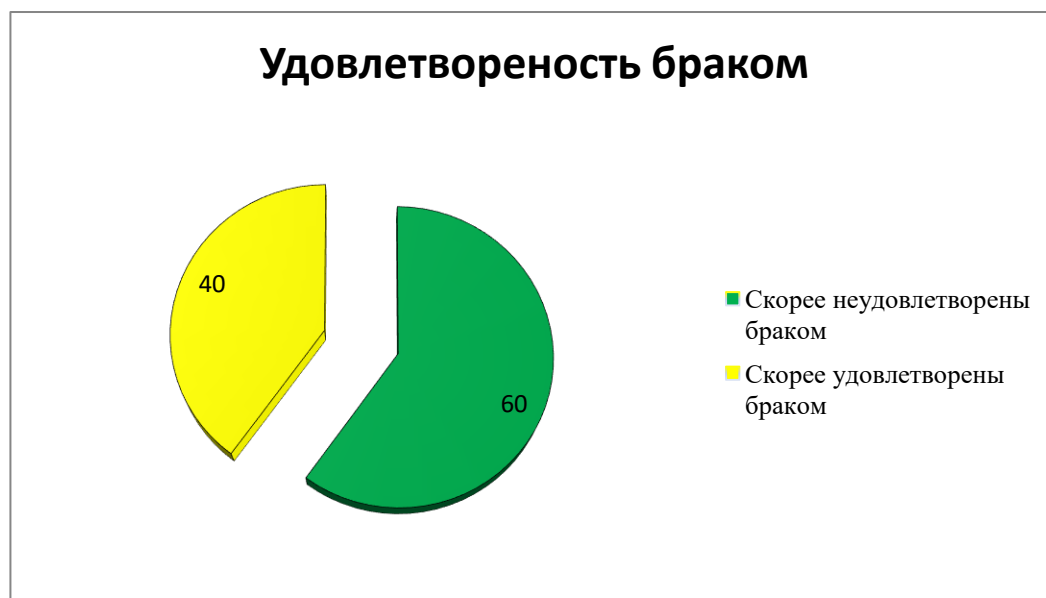


Рисунок 3

Из результатов диагностики экспериментальной группы видно, что абсолютно удовлетворенных и абсолютно неудовлетворенных молодых супругов в браке нет, тем не менее, скорее неудовлетворенных браком молодых семей больше, чем скорее удовлетворенных из процент от выборки составляет 60 %.

Результаты первичной диагностики контрольной группы выборки выглядят в процентном соотношении так:



Рисунок 4

Для получения значимых различий экспериментальной и контрольной группы, нами был использован непараметрический U-критерий Манна-Уитни для независимых выборок. Выявление значимых различий по шкалам доверительности общения, взаимопонимания, сходства во взглядах, общие символы семьи, легкость общения, терапевтичность общения и удовлетворенность браком, показало что значимых различий не выявлено (Результаты расчетов представлены в Приложении1), следовательно они однородны и результаты после формирующего эксперимента не будут зависеть от разности перед его началом.

Таким образом, полученные нами данные свидетельствуют о наиболее выраженных причинах конфликтов в молодой семье, именно на эти характеристики общения и удовлетворенности браком должна быть направлена программа профилактики конфликтов в молодых семьях. При составлении программы следует принять во внимание, то что значения полученные в ходе первичной диагностики молодых семей, напрямую зависят от их уровня адаптации к супружеству. Для усиления эффективности программы стоит учитывать все результаты полученные в ходе первичной диагностики.

2.2. . Программа профилактики супружеских конфликтов в молодой семье

В настоящее время, институт молодой семьи подвергнут трансформациям, выдвинутых современным обществом. Исследователи характеризуют состояние молодой семьи как кризисное (А.В. Верещагина, И. В. Гребенщикова, С.И. Самыгин, Л.И. Щербаков). Молодые супруги сталкиваются с адаптацией к супружеству, распределением социальных ролей, первым кризисом отношений, в связи с чем увеличивается психологическая нагрузка, которая может стать фактором учащения конфликтов в молодой семье (И.Д. Дементьева, Н.И Камнева, Л. В. Киселева, В. Сысоенко). Тем не менее, семья является преобладающей формой жизнедеятельности населения в разных общественных системах мира. Поэтому задача исследователей, выработать систему социально-психологических мер, предотвращающих увеличение числа конфликтов в молодых семьях и их деструктивных последствий.

Наше исследование так же подразумевает составление программы профилактики конфликтов в молодой семье. Программа профилактики будет направлена на предупреждение причин и формирование навыков и знаний о конфликтах в молодых семьях.

Ссылаясь на эффективность программы Н.А. Устиновой и П.В. Швецова [35], мы полагаем, что именно совокупность теоретической обоснованности и практической направленности послужили основным достижением эффективности программы профилактики конфликтов в молодой семье.

Компонент психологического консультирования, включает в себя просвещение молодых супругов по вопросам возникновения конфликтов в молодой семье, его особенностей протекания, кризисах адаптации к супружеству, освещению техник ведения конфликта и межличностного взаимодействия. Консультативно-просветительский компонент рассчитан на 4 часа, и организуется с применением таких форм работы так: мини- лекция, беседа, круглый стол, групповые дискуссии.

Практико-ориентированный компонент подразумевает практическое применение имеющихся и приобретенных знаний молодых супругов в тренинге. Тренинг, как форма организации имеет практическое и групповое преимущество. Практическая направленность, социально-психологического тренинга позволяет сформировать у молодых супругов навыки эффективного межличностного взаимодействия, навыки восприятия друг друга, навыки стабилизации ролевых ожиданий и притязаний в молодой семье, которые будут препятствовать возникновению конфликтов.

Данная программа предназначена для нивелирования причин конфликтов в молодых семьях, а именно:

1. Низкий или не достаточно развитый навык межличностного общения молодых супругов;
2. Низкий или недостаточно развитый навык восприятия друг друга молодыми супругами;
3. Несовпадение ролевых ожиданий и притязаний молодых супругов.

Цель программы: формирование у молодых супругов необходимых навыков саморегуляции поведения, эффективного взаимодействия в

конфликтной ситуации, а так же базовых знаний о природе возникновения и особенностях конфликта, для предотвращения конфликтов в молодой семье.

Задачи:

1. Формировать у молодых супругов навыки эффективного межличностного общения;
2. Раскрывать латентные особенности личности супругов, посредством освещения разности гендерного аспекта развития психики;
3. Просвещать молодых супругов об особенностях динамики развития семейных отношений;
4. Формировать паттерны объективного поведения в ситуации семейного конфликта;
5. Оптимизировать ролевые ожидания и притязания в молодой семье.

Планируемые результаты:

1. Проявляют ценностное отношение к своим и личностным особенностям и к личностным особенностям своего супруга, проявляют искреннюю заинтересованность к процессу эффективной межличностной коммуникации в супружеских отношениях, ценят и уважают право супруга на собственные эмоции.
2. Умеют регулировать поведение и эмоциональное состояние, владеют способами конструктивного выражения негативных эмоций, способны самостоятельно планировать свои действия в конфликтных ситуациях.
3. Умеют выстраивать эффективную межличностную коммуникацию, владеют способами эффективного разрешения конфликта в процессе коммуникации.
4. Анализируют собственное поведение и эмоциональное состояние.
5. Знают о причине конфликтов в молодой семье его особенностях и способах нивелирования конфликта.

Продолжительность занятий: программа рассчитана на 18 часов, 4 из которых отводится на психологическое консультирование, а 14 часов на практико-ориентированный компонент.

Периодичность встреч: встречи с молодыми супружескими парами планируются 2 раза в неделю продолжительностью: психологическое консультирование 1 час; практико-ориентированный компонент предполагает встречу продолжительностью 2 часа.

В работе должны соблюдаться следующие **принципы:**

- Принцип добровольности- дает клиенту право выбора участия в предлагаемых педагогом-психологом действиях группы, а так же предоставляет вариативность средств для реализации этого участия.

- Принцип безоценочности - участники программы уважительно относятся к мнению и высказыванию другого и не допускают критичных высказываний в адрес участников.

- Принцип информированности- психолог сообщает клиентам план работы, требования и правила, необходимые для организации работы в рамках программы, которые должны соблюдать клиенты.

- Принцип конфиденциальности - все о чем говорится в группе не должно распространяться третьим лицам, исключение составляет угроза опасности жизни клиента.

Клиенты должны ориентироваться на следующие **правила:**

Правило согласия, предполагающее привлечение потенциальных конфликтующих в общее дело, в процессе осуществления которого у оппонентов появляется общих круг интересов, что является стимулом для познания друг друга, потенциальные конфликтующие обретают опыт сотрудничества и практику совместного решения проблем.

Правило доброжелательности, предполагает выражение молодыми супругами сожаления, сопереживания и готовности откликнуться и оказать супругу практическую поддержку, что в кризисных ситуациях приобретает особое значение.

Правило сохранения репутации партнера, предполагает выражение должного уважения к личности супруга, признание его достоинства, авторитета в случае негативного развития событий.

Правило взаимного дополнения, предполагает направленность, а так же поддержку и содействие в развитии способностей супруга которыми не обладает второй супруг.

Правило недопущения дискриминации людей, предполагает избегание превосходства одного супруга над другим, требует избегания подчеркивания различий, что позволяет избежать чувство обиды у молодых супругов.

Правило психологического подъема, предполагает, что все чувства и настроение поддаются регулированию и требуют поддержки и насыщения.

Структура занятий:

Каждое занятие состоит из:

1. Организация занятия, приветствие, обсуждение темы, цели занятия;
2. Разминочные упражнения (в практически ориентированном блоке) ;
3. Основное содержание занятия;
4. Рефлексия, подведение итогов.

Тематическое планирование работы

№	Тема	Форма проведения	Цель	Структура	Часы
1	Тренинг профилактики конфликтов в молодой семье	Ознакомительная беседа	Ознакомить с целями, задачами программы, правилами и принципами взаимодействия в группе.	1. Приветствие; 2. Основная часть; 3. Обсуждение правил и принципов взаимодействия участников в группе; 4.Прощание;	1
2	Значение гендерного аспекта в развитии психики человека	Мини-лекция	Формировать представления о разности особенностей функционирования мужской и женской психики, как особенности влияния на восприятие	1. Приветствие; 2. Основная часть; 3.Обсуждение различий мужской и женской психики; 4. Рефлексия; 5. Прощание;	1

			поступков супруга.		
3	Конфликты в молодой семье	Мини-лекция с элементами дискуссии	Формировать базовые представления о конфликте.	1. Приветствие; 2. Основная часть; 3. Обсуждение конфликта, его особенностей протекания в молодой семье; 4. Рефлексия; 5. Прощание;	1
4	Опасно-безопасно	Мини-лекция с элементами дискуссии	Формировать представления о техниках преодоления конфликтной ситуации.	1. Приветствие; 2. Основная часть; 3. Обсуждение техники асертивного поведения; 4. Рефлексия; 5. Прощание;	1
5	Тренинг	Тренинг	Познакомить участников группы с тренингом, как формой работы. Снять психологическое напряжение, замотивировать на дальнейшую работу.	1. Приветствие, постановка темы, цели задач; 2. Упражнение "Почему и для чего?"; 3. Упражнение "Я хороший!"; 4. Обсуждение результатов и впечатлений;	2
	Я - член своей семьи	Тренинг	Формировать представления о ролевых ожиданиях супруга и его потребностях в браке	5. Постановка темы; 6. Упражнение "Мозговой штурм"; 7. Упражнение "Что я хочу" 8. Упражнение "Семейная идиллия" 9. Рефлексия; 10. Прощание;	
6	Как я могу сделать тебя счастливее?	Тренинг	Формировать способность к осознанию собственных ошибок в общении с супругом, повлекшие за собой деструктивный конфликт.	1. Приветствие постановка темы, цели, задач; 2. Упражнение "Мозговой штурм" 3. Упражнение "Работа над ошибками"	2
	Семейные роли	Практикум с элементами тренинга	Формировать осознание и принятие своего ролевого положения в семье.	4. Постановка темы, цели, задач; 5. Упражнение "Брачный договор" 6. Рефлексия 7. Прощание	

7	Супруг, супруга	Тренинг	Формировать осознание стереотипов семейного поведения.	1. Приветствие, постановка темы, цели, задач; 2. Упражнение " Что нового" 3. Упражнение "Стереотипы семейного поведения" 4. Упражнение "Продолжи фразу" 5. Упражнение "Навязанные модели семейного поведения" 6. Рефлексия 7. Прощание	2
8	Мы поссорились	Тренинг	Повысить компетентность в разрешении семейных конфликтов.	1. Приветствие, постановка темы, цели задач; 2. Упражнение "Девизы"; 3. Упражнение "Управление конфликтом"; 4. Обсуждение результатов работы; 5. Упражнение "Я хочу тебе сказать, что..." ; 6. Обсуждение результатов работы; 7. Рефлексия; 8. Прощание ;	2
9	Я слышу тебя	Тренинг	Совершенствовать навык взаимопонимания в межличностном общении молодых супругов	1. Приветствие, постановка темы, цели, задач; 2. Упражнение " Прозвище"; 3. Упражнение " Правильно ли я услышал?"; 4. Обсуждение результатов работы; 5. Упражнение " Чего я избегаю"; 6. Обсуждение; 7. Рефлексия; 8. Прощание;	2

10	Погода в доме	Тренинг	Раскрыть скрытые личностные качества молодых супругов. Формировать осознание важности определенных черт характера для создания благоприятной атмосферы в семье.	1. Приветствие, постановка темы, цели, задач; 2. Упражнение "Броуновское движение"; 3. Упражнение "Поиграем в психолога"; 4. Обсуждение результатов работы; 5. Упражнение "Письмо супругу"; 6. Упражнение "Идеальный муж, идеальная жена"; Обсуждение результатов работы; 7. Рефлексия; 8. Прощание;	2
11	Гроссмейстер конфликта	Тренинг	Формировать ценностное отношение к саморегуляции поведения и эмоционального состояния в предотвращении семейного конфликта.	1. Приветствие, постановка темы, цели, задач; 2. Упражнение "Сиамские близнецы"; 3. Упражнение "Список рекомендаций"; 4. Обсуждение результатов работы; 5. Упражнение "Награждение"; 6. Обсуждение результатов работы; 7. Рефлексия; 8. Подведение итогов тренинга; 9. Прощание;	2

(Подробное описание занятий см. в Приложении №2)

Таким образом, нами была проведена апробация программы конфликтов в молодой семье, направленная на формирование у молодых супругов навыков саморегуляции поведения, эффективного взаимодействия в конфликтной ситуации, а так же базовых знаний о природе возникновения и особенностях протекания конфликта в молодой семье.

В течении двух месяцев была реализована составленная нами программа профилактики конфликта в молодой семье. Занятия с

участниками проводились в течении 6 недель, в первые 2 недели был реализован консультативный блок программы, направленный на формирование базовых знаний по причинам возникновения конфликтов в молодой семье его особенностей протекания, а так же освещение способов предотвращения конфликта в молодой семье.

В течении остальных 4 недель, был реализован практический блок программы профилактики конфликтов в молодой семье, на котором участники апробации программы практиковали навыки эффективного межличностного взаимодействия с супругом, с целью недопущения негативных последствий конфликта.

В начале апробации программы профилактики конфликтов в молодой семье проблемы не возникали, наоборот, с течением реализации консультативного блока молодые семьи успели познакомиться друг с другом и установить контакт. Постепенность введения в программу профилактики конфликтов в молодой семье, обусловила нивелирование напряжение, создающее активными формами работы.

В ходе реализации практического блока, мы все-таки столкнулись с напряжением, возникшим из за смены вида деятельности, но вскоре она была устранена посредством объяснения правил взаимодействия в тренинговой группе и несколькими упражнениями, направленными на снятие психоэмоционального напряжения.

Основной сложностью, периодически возникающей в течении апробации программы профилактики конфликтов в молодой семье, было сконцентрировать молодых супругов на ассертивной технологии общения, подразумевающей отказаться от привычной - деструктивной. Эту сложность удалось устранить путем приобретения большего опыта общения в данной технике.

В ходе апробации программы профилактики конфликтов в молодой семье у всех участников отмечался стабильный психоэмоциональный фон

позитивного характера. Участники были исполнены мотивацией к переменам.

Наиболее успешно, по нашему мнению, прошли упражнения "поиграем в психолога" и "Управление конфликтом", данные упражнения вызвали большой интерес у участников. "Играя" в психологов, участники с удивлением для себя, истолковывали особенности личности автора рисунка с другой точки зрения, с позиции оценки приписывания негативных черт характера автора, удалось переступить на принятие особенностей личности, как к праву отличаться от ожиданий общества и закономерному принятию особенностей. В театрализации особо удалось иронизировать навязанные установки семейного поведения. Все участники были в позитивном расположении духа, что позволило надежно закрепить результат упражнения.

2.3. Анализ результатов апробации программы профилактики супружеских конфликтов в молодой семье.

На основании теоретического и экспериментального исследования нами была составлена и апробирована на этапе формирующего эксперимента программа профилактики конфликтов в молодой семье.

В ходе констатирующего эксперимента нами были использованы те же диагностические методики, которые мы использовали для осуществления первичной диагностики на констатирующем этапе. Целью данного этапа стало оценить результаты проведенного формирующего эксперимента, направленного на оценку эффективности составленной программы профилактики конфликтов в молодой семье.

Для осуществления оценки эффективности апробированной нами программы, мы повторно провели диагностику, где сбор данных осуществлялся как с экспериментальной группы, участвовавшей в апробации

программы профилактики конфликтов, так и в контрольной группе, над которой не было осуществлено психологическое воздействие.

Результаты методики Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозмана, Е.М. Дубовской особенности общения между супругами в экспериментальной группе, после апробации программы профилактики конфликтов в молодой семье, представлены в диаграмме, в процентном соотношении (Детализированные результаты диагностических методик см. Приложение 3):

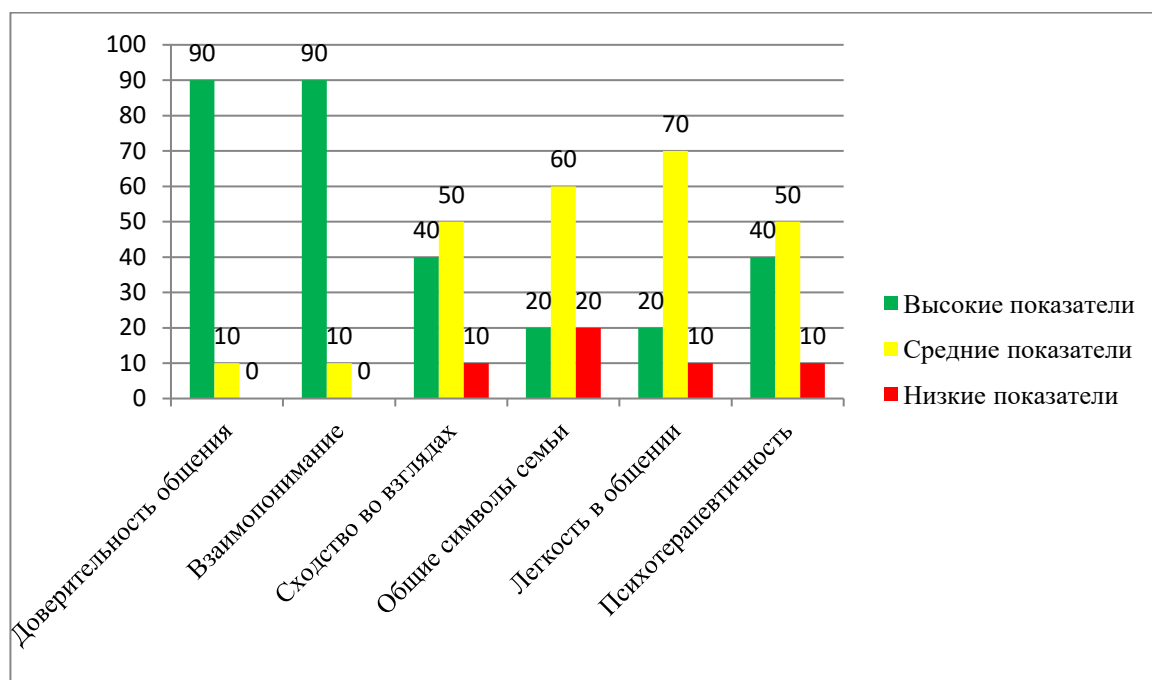


Рисунок 5

Результаты повторной диагностики теста - опросника удовлетворенности браком Г.П. Бутенко, Т.Л. Романова, В.В. Столин, экспериментальной группы, после программы профилактики конфликтов в молодой семье, представленные в процентном соотношении:

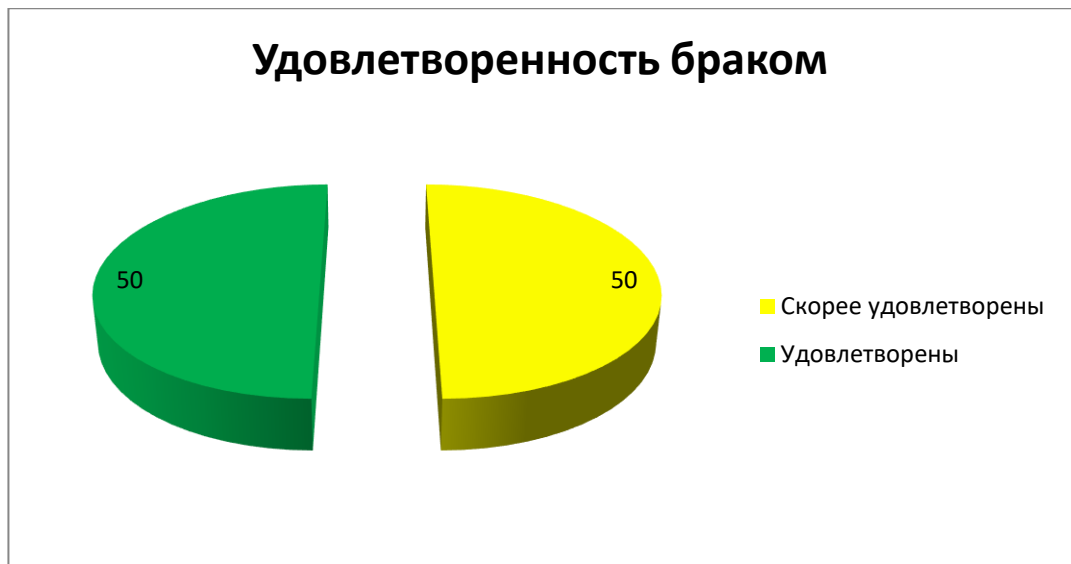


Рисунок 6

Результаты методики Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозмана, Е.М. Дубовской особенности общения между супругами в контрольной группе, (Детализированные результаты диагностических методик см. Приложение 3), представленные в процентном соотношении:

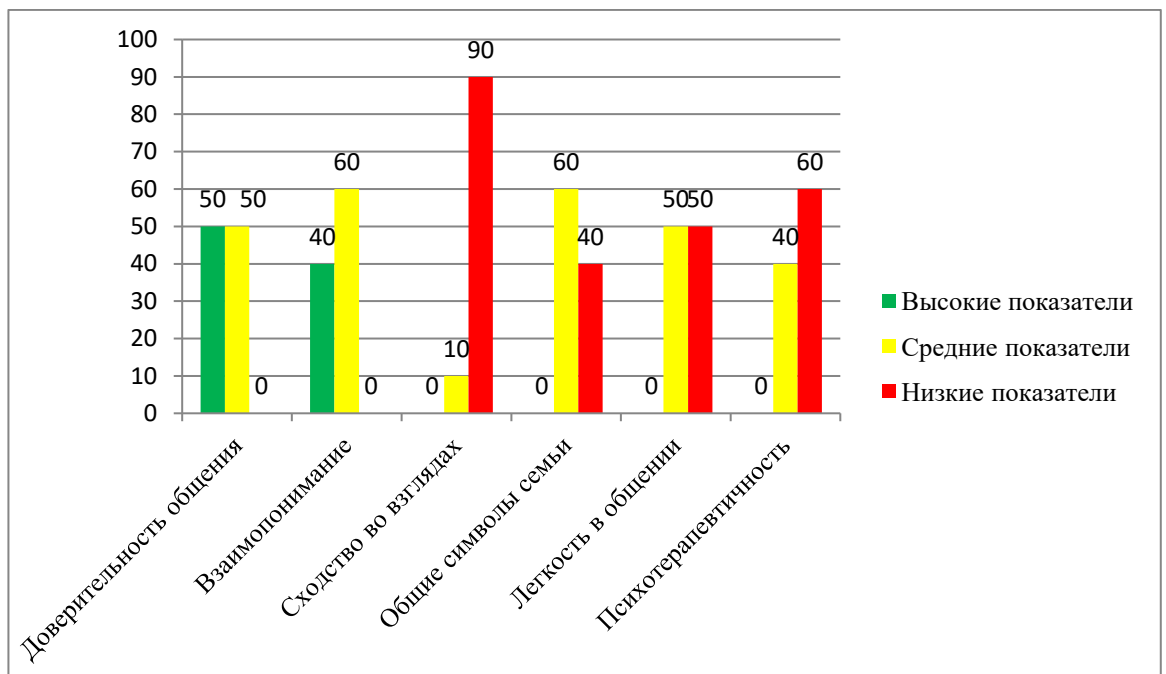


Рисунок 7

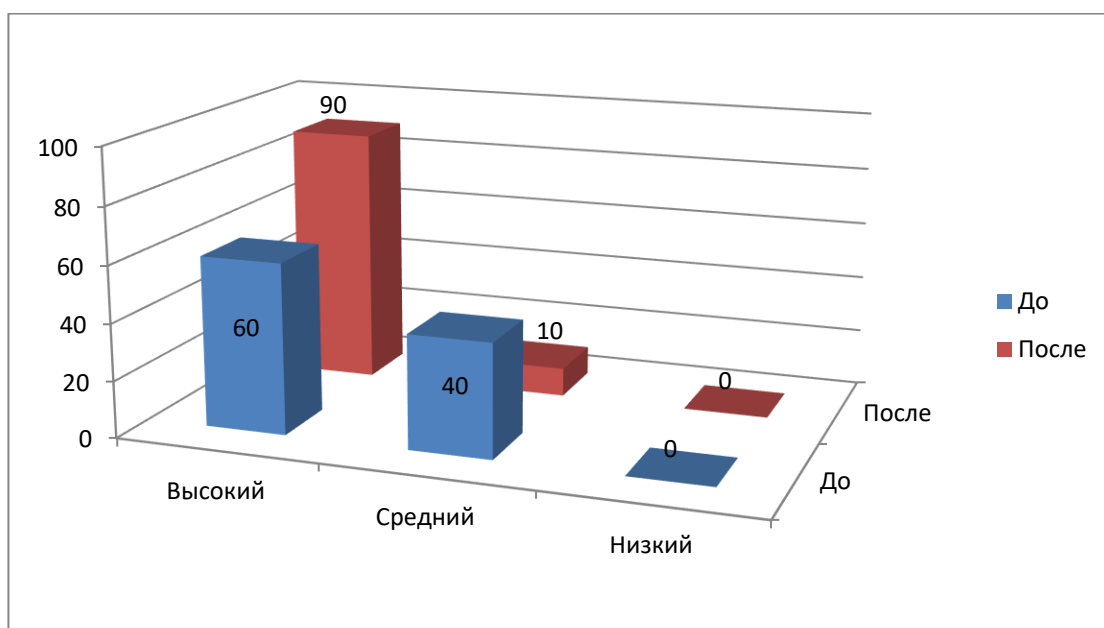
Результаты повторной диагностики теста - опросника удовлетворенности браком Г.П. Бутенко, Т.Л. Романова, В.В. Столин, контрольной группы, представленные в процентном соотношении:



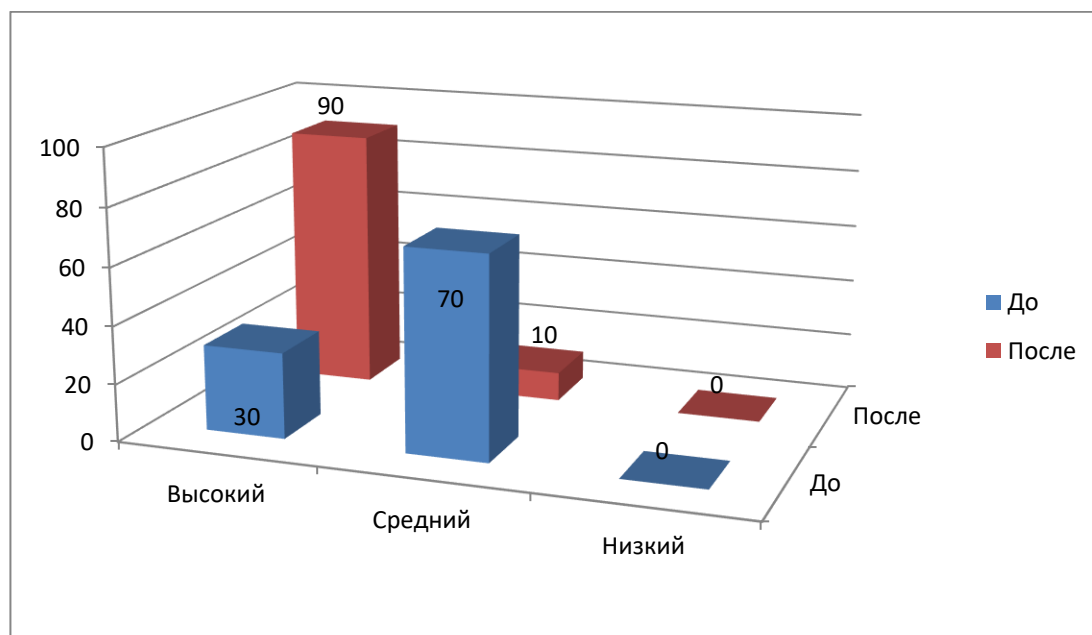
Рисунок 8

Для выявления эффективности программы, мы произвели сравнительный анализ, используя Т-критерий Вилкоксона для оценки изменений в контрольной и экспериментальной группе (Результаты сравнительного анализа см. в Приложении 3).

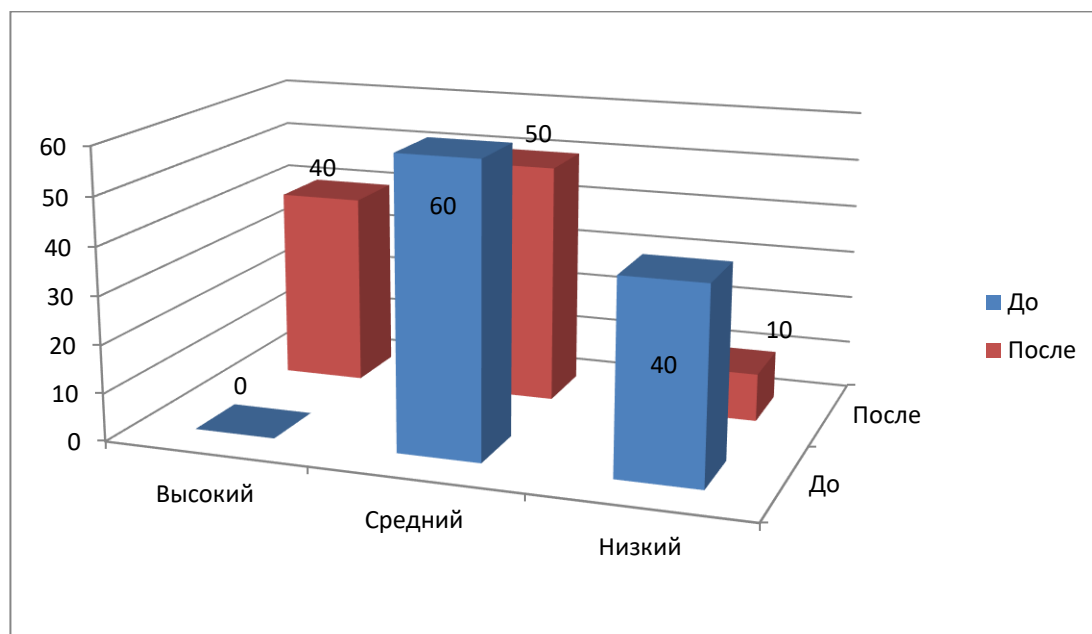
Динамические изменения шкалы "Доверительность общения" у экспериментальной выборки, представлены в процентном соотношении:



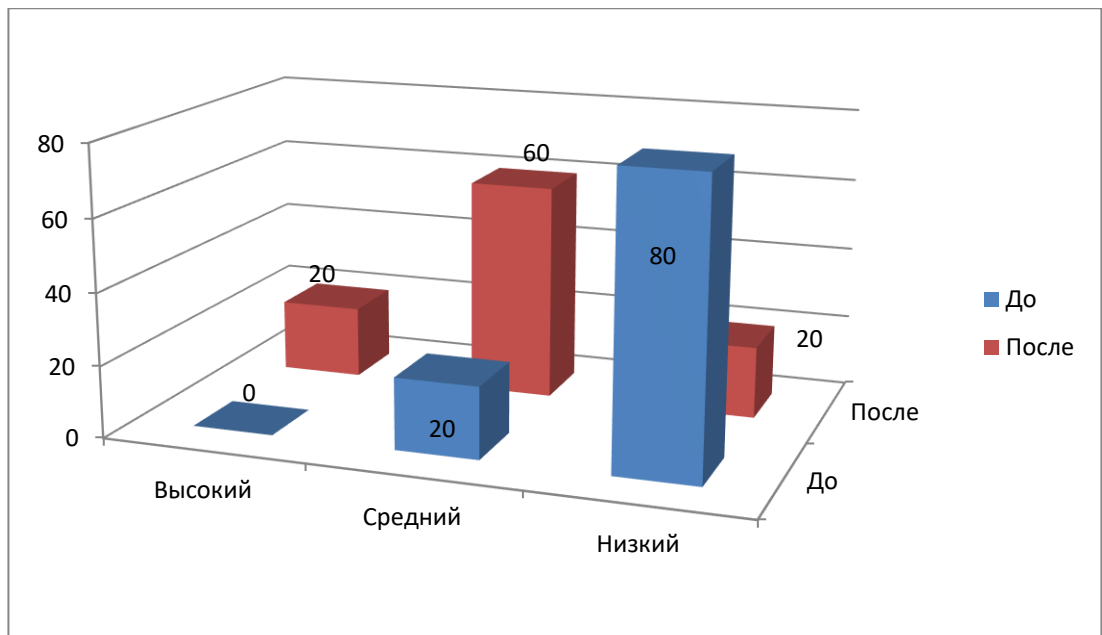
Динамические изменения шкалы "Взаимопонимание в общении" у экспериментальной выборки, представлены в процентном соотношении:



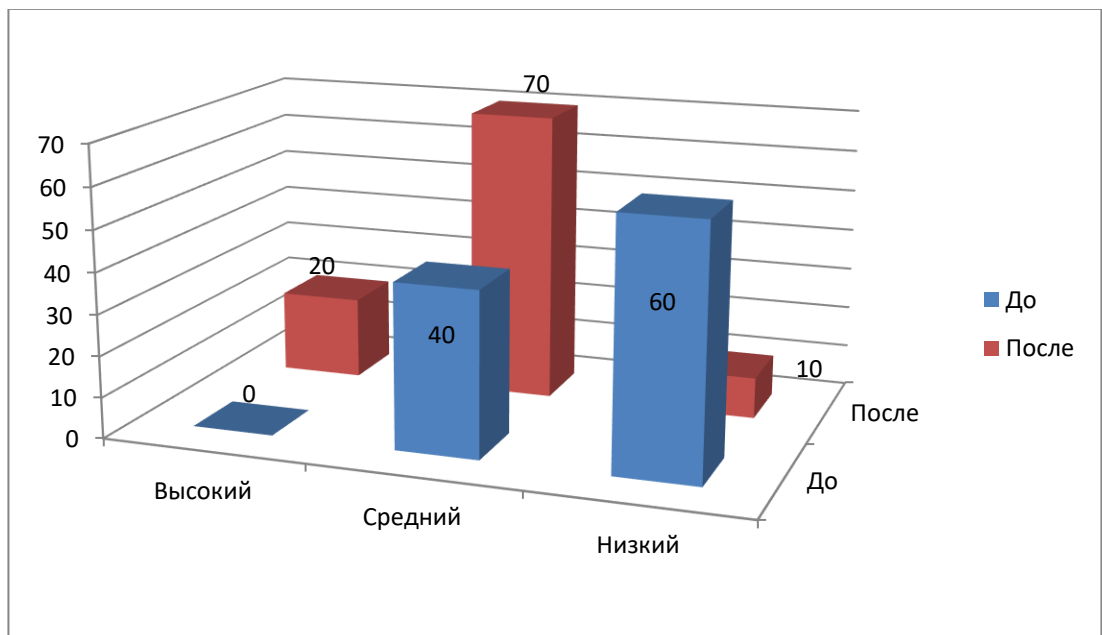
Динамические изменения шкалы "Сходство во взглядах" у экспериментальной выборки, представлены в процентном соотношении:



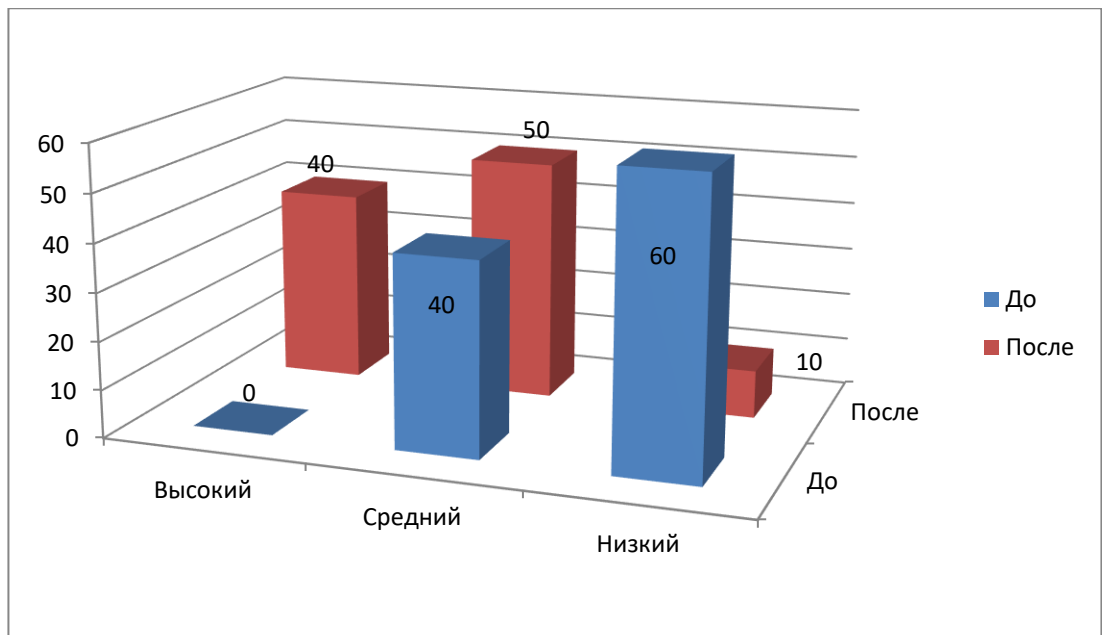
Динамические изменения шкалы "Общие символы семьи" у экспериментальной выборки, представлены в процентном соотношении:



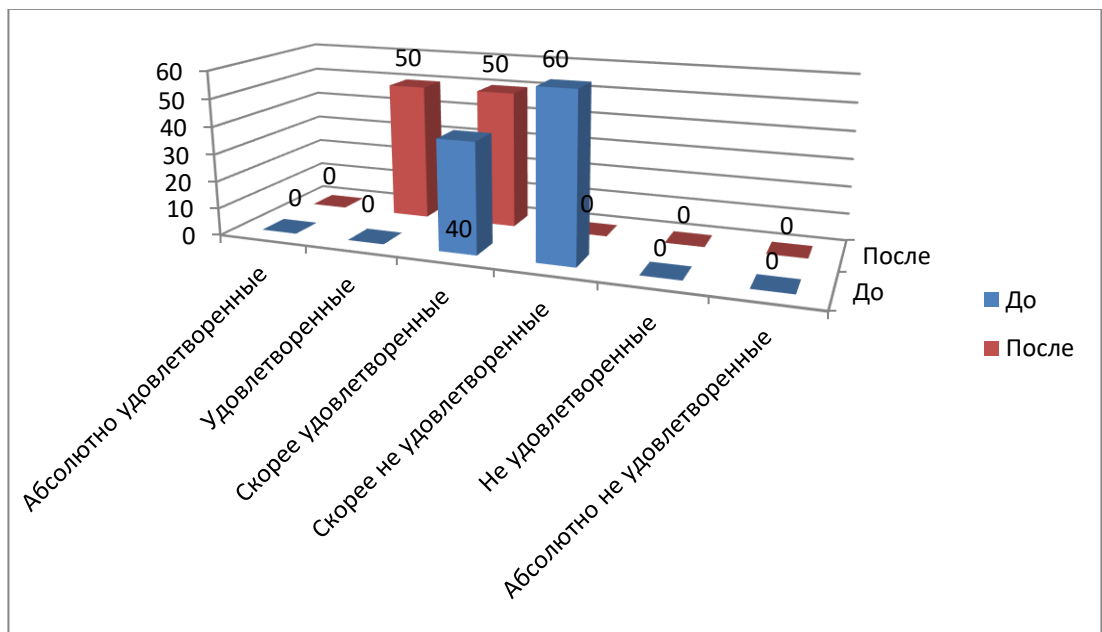
Динамические изменения шкалы "Легкость общения" у экспериментальной выборки, представлены в процентном соотношении:



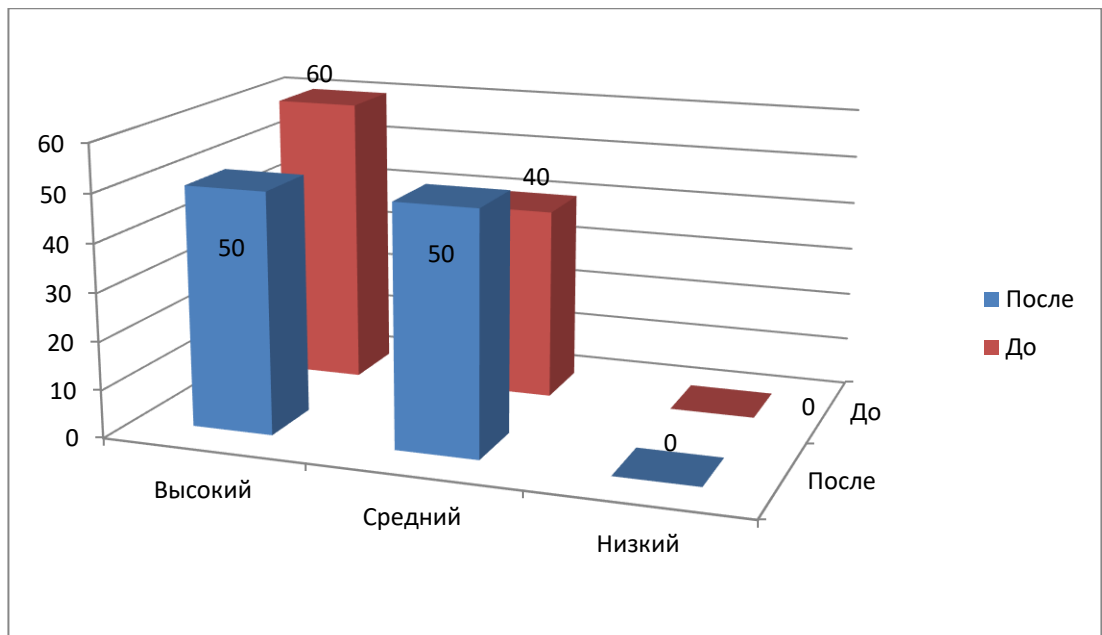
Динамические изменения шкалы "Психотерапевтичность" у экспериментальной выборки, представлены в процентном соотношении:



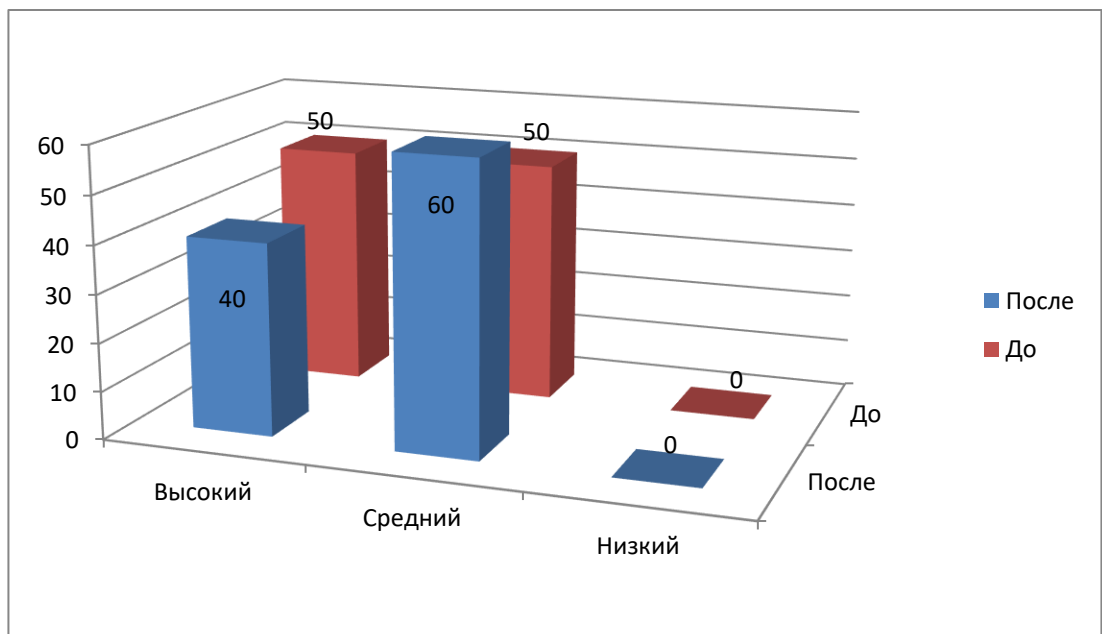
Динамические изменения шкалы "Удовлетворенность браком" у экспериментальной выборки, представлены в процентном соотношении:



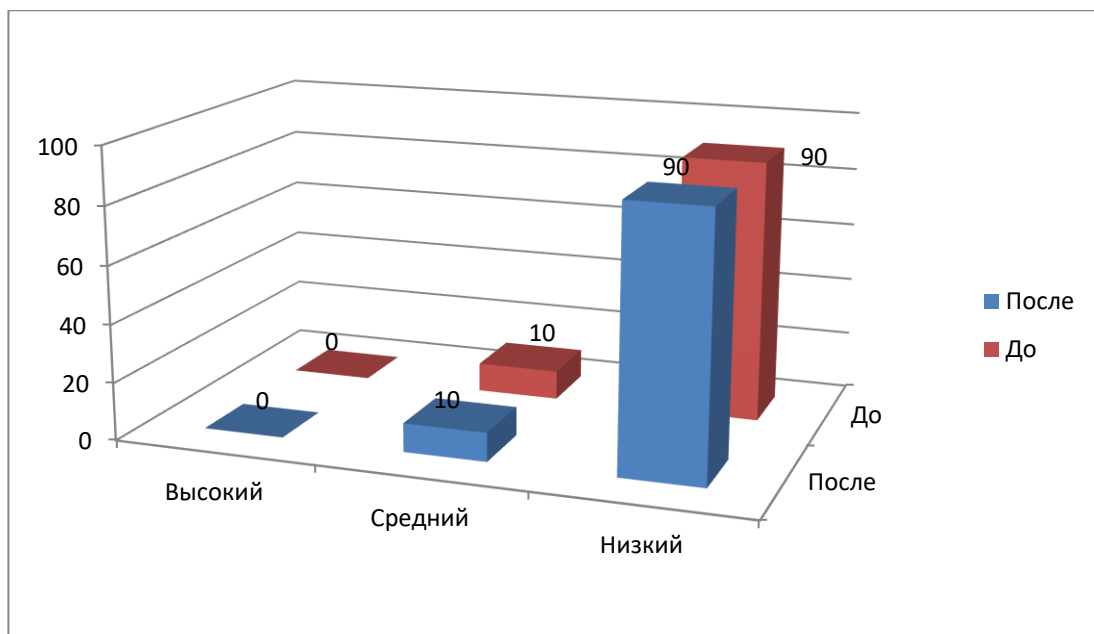
Динамические изменения шкалы "Доверительность общения" у контрольной выборки, представлены в процентном соотношении:



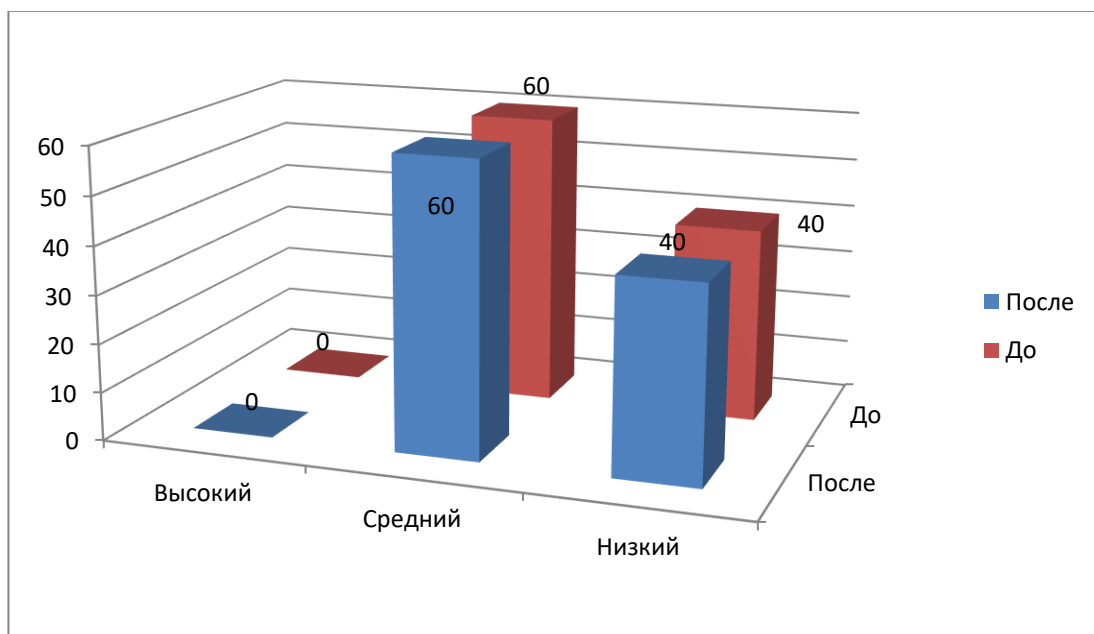
Динамические изменения шкалы "Взаимопонимание в общении" у контрольной выборки, представлены в процентном соотношении:



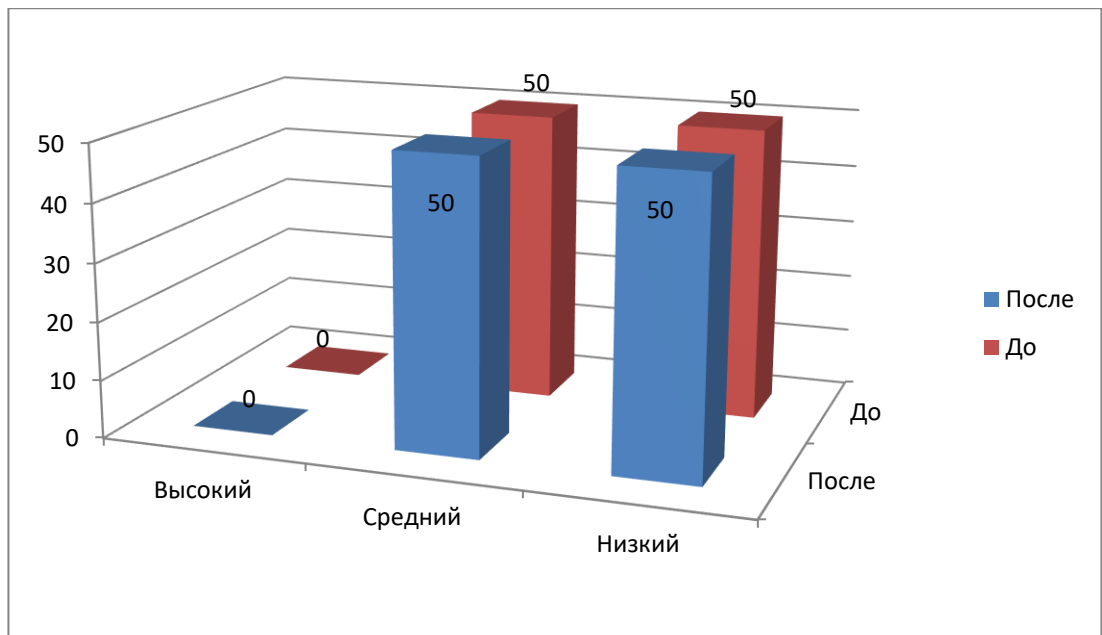
Динамические изменения шкалы "Сходство во взглядах" у контрольной выборки, представлены в процентном соотношении:



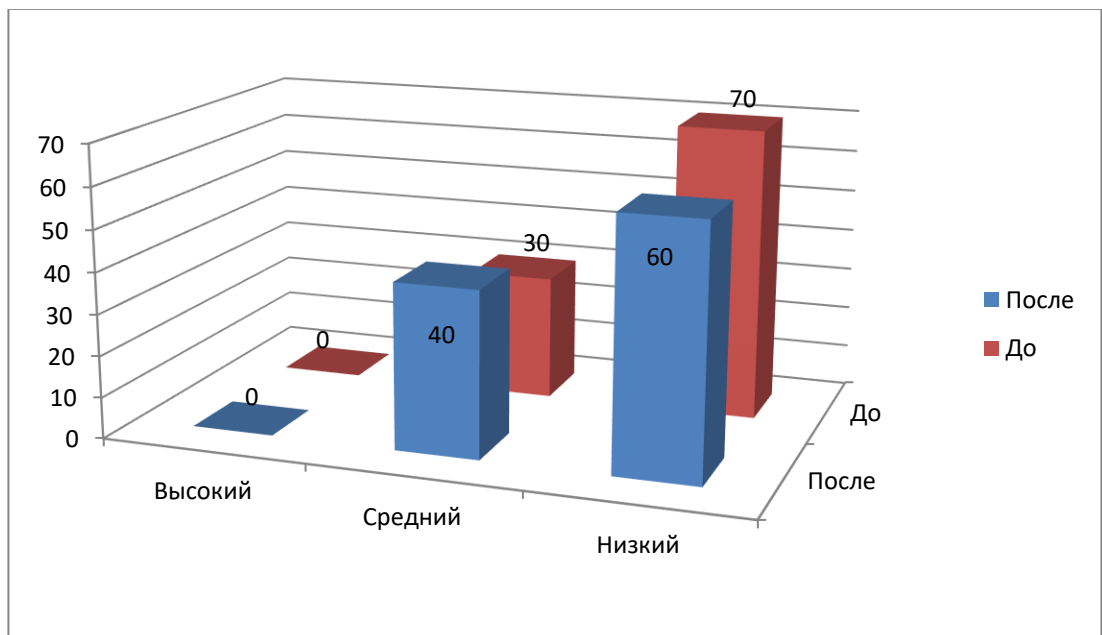
Динамические изменения шкалы "Общие символы семьи" у контрольной выборки, представлены в процентном соотношении:



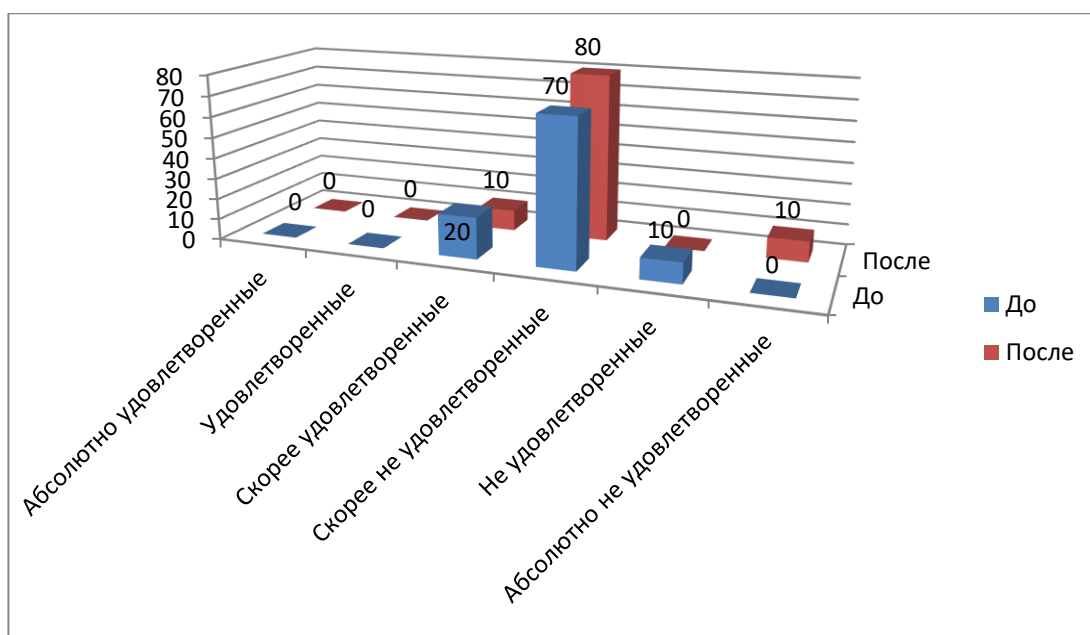
Динамические изменения шкалы "Легкость общения" у контрольной выборки, представлены в процентном соотношении:



Динамические изменения шкалы "Психотерапевтичность" у контрольной выборки, представлены в процентном соотношении:



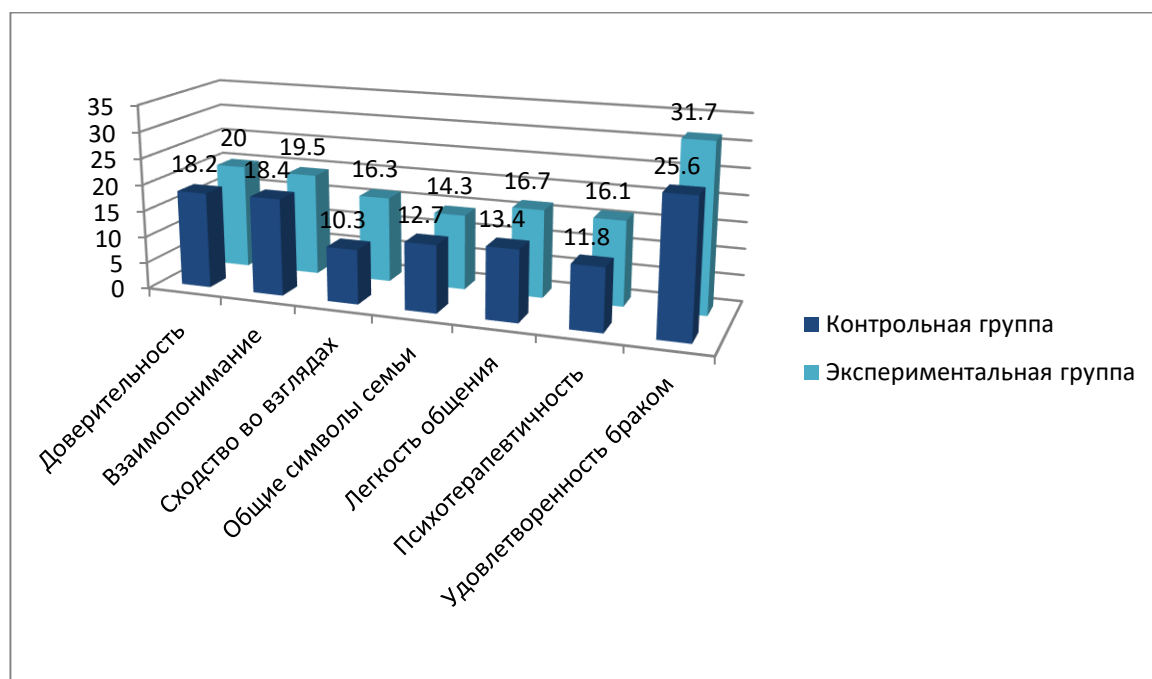
Динамические изменения шкалы "Удовлетворенность браком" у контрольной выборки, представлены в процентном соотношении:



Таким образом, соотнося полученные результаты диагностики мы можем говорить о тенденции изменений как в экспериментальной выборке, так и в контрольной. Значимые различия в экспериментальной выборке, обусловлены непосредственным воздействием формирующего эксперимента, Согласно расчетам по Т-критерию Вилкоксона, асимптотическая значимость всех шкал меньше, чем 0,05, что свидетельствует о наличии значимых различий между результатами до формирующего эксперимента и после них. Все изменения в экспериментальной выборке являются позитивными, что позволяет предположить эффективность программы профилактики конфликтов в молодой семье.

Так же можно отметить, что тенденция изменений наблюдается и в контрольной выборке, на которую воздействие формирующего эксперимента не осуществлялась, данная тенденция проявляется в шкалах "Доверительность общения", "Взаимопонимание" - где показатели первичной диагностики более позитивны, нежели показатели вторичной диагностики. Данную тенденцию, мы склонны связать с нестабильным периодом адаптации к супружеству.

Для подтверждения эффективности программы профилактики супружеских конфликтов, мы сравнили между собой показатели по шкалам контрольной выборки после эксперимента и экспериментальной после формирующего эксперимента (Результаты данных измерений представлены в Приложении №3). Анализ выявления значимых различий между выборками, показал следующее соотношение усредненных показателей по шкалам:



Из представленных данных, все показатели по диагностируемым шкалам значительно улучшились.

В итоге, значение асимптомической значимости по каждой шкале свидетельствует о том, что между выборками после формирующего эксперимента существует значимое различие, что доказывает эффективность, составленной нами, программы профилактики конфликтов в молодой семье

Таким образом, после реализованной программы профилактики конфликтов в молодой семье, эмпирически обоснован вывод о том, что молодые супруги, обладая навыком эффективного межличностного общения снизили тенденцию к появлению конфликтов и его деструктивных

последствий, у них возросли навыки саморегуляции поведения, позволяющий профилактировать конфликт на стадии его зарождения.

Вследствие организации благоприятного психологического воздействия посредством реализации программы профилактики конфликтов в молодой семье, наблюдается тенденция улучшения социально-психологической атмосферы в молодой семье.

Выводы по второй главе

В ходе реализации опытно-экспериментальной работы по разработке и апробации программы профилактики конфликтов в молодой семье проводимый нами эксперимент был реализован в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент.

На этапе констатирующего эксперимента нами были определены основные методы диагностики. Результаты первичной диагностики позволили подтвердить необходимость формирования у молодых супругов, профилактических навыков в ситуации конфликта. При этом результаты диагностики выделили именно те шкалы, по которым был наименьший индекс, что обусловило составление программы с учетом выявления проблемных областей в межличностном взаимодействии между супругами. Согласно диагностике в составлении программы наибольшее внимание мы уделили формированию доверительности и легкости общения, а так же повышению его психотерапевтического значения и общей удовлетворенностью семейными отношениями.

В ходе апробации программы мы столкнулись с некоторыми, не значительными трудностями, которые были вскоре устранены. Структура программы профилактики конфликтов в молодой семье обусловила постепенное вливание в активную деятельность участников, что послужило благоприятным фактором в ее дальнейшей реализации. По окончании программы, ее цель была достигнута. После апробации программы мы

исследовали ее эффективность. Для этого мы провели вторичные диагностические мероприятия для сбора результатов с контрольной и экспериментальной выборок. Диагностический инструментарий был аналогичен тому, который мы использовали для первичной диагностики.

Полученные результаты были анализированы с помощью U-критерия Вилкоксона и T-критерия Манна Уитни. Полученные результаты позволили судить о тенденции улучшения навыка межличностного взаимодействия молодых супругов и повышением общей удовлетворенностью браком.

Таким образом, согласно полученным данным в ходе эмпирического исследования программа профилактики конфликтов в молодой семье подтвердила свою эффективность, что позволяет сказать о достижении выдвинутой цели в начале исследования.

Заключение

В ходе проведения исследовательской работы, мы рассмотрели проблему профилактики конфликтов в молодой. В ходе проведения теоретического анализа литературы по данной проблеме мы обозначили, что молодая семья - это семья, состоящая в первом зарегистрированном браке, в котором возраст каждого из супругов, либо одного родителя, в неполной семье, не превышает 30 лет. Так же нам удалось выделить тенденции изменений обрушившихся на молодую семью и обусловивших трансформации происходящих в ней. Данные трансформации повлияли на обособление молодой семьи в отдельную группу института современной семьи, со своими характерными психологическими особенностями, ключевой из которых является тенденция к увеличению числа конфликтов и его деструктивного влияния на молодую семью. И, наконец, выявив актуальные причины конфликтов в молодой семье, мы перешли к непосредственному изучению проблемы профилактики конфликтов, где выявили преобладание теоретического изучения данной проблемы над практическими программами,

направленных на профилактику конфликтов в молодой семье. Так же, стало ясно, что отсутствуют требования к разработке данных программ. Опираясь на малочисленный опыт авторитетных исследователей мы сформировали и обосновали структуру будущей программы профилактики конфликтов в молодой семье.

На основании теоретического анализа нами была обоснована необходимость проведения эмпирического эксперимента по данной проблеме и сформулирована гипотеза исследования: программа профилактики супружеских конфликтов в молодых семьях, направленная развитие у молодых супругов навыков саморегуляции поведения, эффективного взаимодействия в условиях конфронтации, создание эмоционально-комфортного климата в семье, является эффективной, так как позволяет сформировать у супругов умение контролировать собственное поведение и эмоциональное состояние в условиях конфликта, тем самым предотвратить возможные конфликтные ситуации в будущем.

Для подтверждения данной гипотезы нами была организована опытно-экспериментальная работа, в ходе которой была проведена первичная диагностика выборки, составлена и апробирована программа профилактики конфликтов в молодой семье и доказана ее эффективность с помощью повторной диагностики выборки и выявления уровня значимых различий между ними.

В ходе констатирующего этапа эксперимента нам удалось подтвердить гипотезу выдвинутую в начале исследования.

Список использованной литературы

1. Алешина Ю. Е., Волович А. С. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины. // Вопросы психологии. - 2014. - №4.- С.15-17.
2. Андрейковец Е.М. Использование элементов " форум-театра" в социальной профилактике конфликтов в молодой семье. //Технологии социальной работы с молодостью. 2013
3. Болдина М.А. Технологии социальной работы с молодыми семьями // Социально-экономические явления и процессы. – 2013. - №5 (051). – С. 261-266.
4. Е.В. Бенько, Ю.А. Глухова. Статистика разводов // Наука и образование сегодня. 2015. №1
5. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия: Краткий лекционный курс. – СПб.: Речь, 2006. – 276 с.
6. Гозман Л.Я., Алешина Ю.Е. Социально-психологические исследования семьи: проблемы и перспективы // Психологический журнал. - 2014. - №4. - С 34-37.
7. Гребенников И.В. Основы семейной жизни: Учебное пособие - М.: Просвещение, 2010.- 240 с.
8. Гурко Т.А. Теоретические подходы к изучению семьи: [монография] / Т. А. Гурко; Институт социологии РАН. 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Институт социологии РАН, 2016. – 210 с.
9. Гурко Т.А. Становление молодой семьи в крупном городе: условия и факторы стабильности. – Дисс. канд. филос. наук. – М, 1983. – 141 с.
10. Дементьева И.Ф. Первые годы брака. Проблемы становления молодой семьи. М.: Просвещение, 2011.- 256 с.
11. Дымнова Т. И. Зависимость характеристик супружеской семьи от родительской //Вопросы психологии. - 2018. - № 2. - С.17-26.
12. Калмыкова Е.С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни // Вопросы психологии. - 2013. - №3. - С 80-84.

13. Калмыкова Е.С. Психологические проблемы первых лет супружеской жизни. / В кн. Психология семьи: Учебное пособие для факультетов психологи, социологии, экономики и журналистики. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М». – 2012. – 282с.
14. Карцева Т. Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. - 2008. - Т. 9. - №5.- С.26-32.
15. Качанова О. И. Семейные кризисы и пути их преодоления // Молодой ученый. - 2011. - Т.2. - №10. - С.13-17.
16. Киселева Л.В. Социально-психологические причины конфликтов в молодых семьях и пути их разрешения. Студенческий гений - 2005: Сборник статей / Под ред. А.И. Аспидова, А.Н. Штефана. - Нижний Новгород: НФ МГЭИ, 2015.- 26с.
17. Ковалев С.В. Психология современной семьи./ С.В. Ковалев. - М.: Просвещение, 2018.-208 с.
18. Котельникова Ю. С. Психологические факторы удовлетворенности браком в молодых семьях // Вопросы науки и образования. 2018. № 4 (16)
19. Красовский В.П. Анализ брачных отношений (самооценка и требования к партнеру) // Вопросы психологии. - 2013. - №5. - С. 53-58.
20. Ларкина Э.И. Психология семьи и семейная терапия: Курс лекций. - Н. Новгород: НФ МГЭИ, 2010. – 152 с.
21. Лидере А.Г. Семья как психологическая система. / А.Г.Лидере. - М.: Просвещение, 2014.- 84 с.
22. Миллер О.М. Особенности конфликтов в молодых семьях. // Инновационная наука. 2015. № 8-1
23. Михалкина А.А., Наумова Е.В. Проблема межличностных отношений в супружеских парах // Студенческий гений: Сборник статей / Под ред. А.И. Аспидова, А.Н. Штефана. - Нижний Новгород: НФ МГЭИ, 2015.- С. 39-42.

24. Обозов Н. Н., Обозова А. Н. Три подхода к исследованию психологической совместимости // Вопросы психологии. - 2014. - №2. - С.23-28.
25. Олифирович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. Психология семейных кризисов./ Н.И. Олифирович - СПб.: Речь, 2016.-360с.
26. Основы психологии семьи и семейного консультирования / Под общ.ред. Н.Н. Посысоева. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014.- 328 с.
27. Панова О.В. Влияние согласованности семейных ценностей и ролевой адекватности супружеской пары на удовлетворенность браком // Студенческий гений - 2005: Сборник статей / Под ред. А.И. Аспидова, А.Н. Штефана. - Нижний Новгород: НФ МГЭИ, 2015.- С.45-47.
28. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования // Под ред. Е.Г.Силаевой. М.: Издательский центр «Академия», 2010.-192 с.
29. Психология семьи. Хрестоматия: Учебное пособие для факультетов психологии, социологии, экономики и журналистики / Ред. Д.Ф. Райгородский. - Самара: БАХРАХ. - М., 2012. -752 с.
30. Румянцева Т. В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре./Т.В.Румянцева. Учебное пособие. - СПб.: Речь, 2016. - 176 с.
31. А.В. Верещагина, С.И. Самыгин, Л. И. Щербаков молодая семья в условиях трансформации институтов семьи и брака // Гуманитарные-социально-экономические и общественные науки, 2016 - № 8-9
32. Соловьева Т.В., Кармышев Д.Н. Социальный портрет молодой семьи в условиях современной социокультуры // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук, 2015. - №4-2.
33. Семья в психологической консультации: опыт и проблемы психологического консультирования / Под ред. А.А. Бодалёва. - М.: Педагогика, 2016.- 208 с.

34. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. - СПб.: Речь, 2017. – 350 с.
35. Устинова Н.А., Швецов П.В. Использование позитивного подхода в сопровождении молодой семьи // Психология семьи в современном мире. 2017
36. Черников А.В. Введение в семейную психотерапию. Интегративная модель диагностики // Тематическое приложение к журналу «Семейная психология и семейная терапия». - 2014.- 89с.
37. Филиппова Ю.В. Семейная идентичность и трансформация семейных ценностей в современной России. - М.: Издательский центр «Академия», 2014.- 192 с.
38. Хейли Дж., Эриксон М. Возникновение семьи. Психология и психотерапия семейных конфликтов / Под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Владос, 2008.- 752 с.
39. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. - 512 с.
40. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: учебное пособие для вузов. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2017. - 768 с.
41. Шостром Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии. - СПб.: Нева, 2010. - 256 с.
42. Шутценбергер А.А. Психодрама.– М.: Психотерапия, 2007. - 448 с.
43. Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапия. - М. - СПб.: Фолиум, 2016.- 63с.
44. Шуман С. Г., Шуман В. П. Конфликты в молодой семье: причины, пути устранения. – Мн.: Университетское, 2013. – 80 с.
45. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В. Психология и психотерапия семьи. 4-е изд. - СПб.: Питер, 2018.- 63 с.
46. Юнацкевич П. И., Кулганов В. А. Как выйти из невроза? Практические советы психолога. – М.: Велби, 2013. – 122 с.

47. Ягнюк К.В. Психологическая помощь: информация для потенциального пользователя // Журнал практической психологии и психоанализа. 2017.- № 3 . – С.15-21.

48. Ходякова Д.О., Гончарова С.В. Особенности конфликтов в молодой семье // Студенческий форум: электрон.научн. журн. 2017. № 1(1). URL: <https://nauchforum.ru/journal/stud/1/18289> (дата обращения: 15.01.2019).

Приложения

Приложение №1

Результаты диагностических методик экспериментальной и контрольной выборки до формирующего эксперимента:

Методика "Особенности общения между супругами" Ю.Е.Алешиной, Л.Я.Гозмана, Е.М.Дубровской												
Экспериментальная группа							Контрольная группа					
№	Доверительность	Взаимопонимание	Сходство во взглядах	Общие символы семьи	Легкость общения	Психотерапевтичность	Доверительность	Взаимопонимание	Сходство во взглядах	Общие символы семьи	Легкость общения	Психотерапевтичность
1	18,5	21	16	16	12	10	20	19	10	8	11	10
2	18,5	17,5	14	10	16	12	17	18	10	6	16	9
3	13,5	12,5	8	8	8	7	18,5	20,5	14	10	11	8
4	15	14,5	8	8	10	8	16	17,5	8	15	14	10
5	21	17,5	15	14	11	15	20	20	10	14	9	9
6	20	16,5	10	10	15	16	19,5	18	9	16	14	12
7	19,5	20,5	14	8	12	16	21,5	20	9	10	12	8
8	18	17	14	9	14	17	21,5	18	8	15	14	10
9	21	19	14	8	12	10	14,5	20,5	9	15	12	13
10	18	16,5	10	9	15	8	15	16	8	16	16	15

Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Г.П. Бутенко, Т.Л. Романова).				
Данные экспериментальной группы.			Данные контрольной группы	
№	Балл	Группа	Балл	Группа
1	23	Скорее не удовлетворенность	22	Абсолютно не удовлетворенные браком
2	24	Скорее не удовлетворенность	23	Скорее не удовлетворенность
3	23	Скорее не удовлетворенность	25	Скорее не удовлетворенность
4	26	Скорее не удовлетворенность	23	Скорее не удовлетворенность
5	25	Скорее не удовлетворенность	26	Скорее не удовлетворенность
6	30	Скорее удовлетворенность	29	Скорее удовлетворенность
7	25	Скорее не удовлетворенность	25	Скорее не удовлетворенность
8	29	Скорее удовлетворенность	26	Скорее не удовлетворенность
9	29	Скорее удовлетворенность	29	Скорее удовлетворенность
10	26	Скорее удовлетворенность	24	Скорее не удовлетворенность

Расчеты выявления значимых различий в выборках по U-критерию Манна-Уитни:

Статистические критерии	
	Уровень_доверительности
U Манна-Уитни	47,000
W Вилкоксона	102,000

Z	-,228
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,820
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,853 ^b
Статистические критерии ^a	
	Взаимопонимание
U Манна-Уитни	30,500
W Вилкоксона	85,500
Z	-1,482
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,138
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,143 ^b

Статистические критерии ^a	
	Сходство_во_взглядах
U Манна-Уитни	24,000
W Вилкоксона	79,000
Z	-2,014
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,044
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,062 ^b

Статистические критерии ^a	
	Общие_символы
U Манна-Уитни	29,500
W Вилкоксона	84,500
Z	-1,573
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,116
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,123 ^b

Статистические критерии ^a	
	Легкость_общения
U Манна-Уитни	46,500
W Вилкоксона	101,500
Z	-,269
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,788
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,796 ^b

Статистические критерии ^a	
--------------------------------------	--

	Психотерапевтичность
U Манна-Уитни	40,000
W Вилкоксона	95,000
Z	-,766
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,444
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,481 ^b

Статистические критерии^a	
	Удовлетворенность_браком
U Манна-Уитни	40,500
W Вилкоксона	95,500
Z	-,729
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,466
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,481 ^b

Подробное описание занятия программы профилактики конфликтов в молодой семье.

Занятие №1

Тема: "Тренинг профилактики конфликтов в молодой семье"

Цель: ознакомить с целями, задачами программы, правилами и принципами взаимодействия в группе.

I. Вводная часть.

- Добрый день, я рада приветствовать вас на тренинге посвященному профилактике конфликтов в молодой семье. Меня зовут Анастасия и сегодня мы с вами поговорим о нашей программе профилактики конфликтов в молодой семье. Прежде чем мы начнем я бы хотела убедиться, что каждый из вас присутствующих находится здесь добровольно. Отлично.

II. Основная часть.

Цель: познакомить с целями, задачами, принципами программы и правилами взаимодействия участников.

Ход консультации:

Актуальность проблемы. Статистические данные разводов молодых семей. Направленность программы. Цель и задачи. Принципы и правила реализации программы. Обсуждение продолжительности встреч и занятий.

III. Заключительная часть.

Обсуждение: Давайте поразмышляем, актуальна ли для вас проблема конфликтов? Чего бы ожидаете от данной программы? Как данная программа повлияет на ваши взаимоотношения с супругом? Что будет способствовать эффективности данной программы именно для вас? Как вы думаете нужно ли соблюдать принципы и правила, которые я озвучила, зачем?

Прощание: Спасибо вам большое за ваше мнение, я очень рада, что не смотря на всю интимность проблемы конфликтов в молодой семье, вы нашли в себе мужество и силы преодолеть порог социального контроля и пришли

сюда для совершенствования ваших взаимоотношений. Всего доброго, до следующей встречи.

Занятие №2

Тема: "Значение гендерного аспекта в развитии психики человека"

Цель: формировать представления о разности особенностей функционирования мужской и женской психики, как особенности влияния на восприятие поступков супруга.

I. Вводная часть

- Добрый день, я рада вас приветствовать, сегодня тема нашей консультации значение гендерного аспекта в развитии психики человека

II. Основная часть

Цель: Формировать представления о разности особенностей функционирования мужской и женской психики.

Ход консультации:

Гендерная психология, как наука изучающая закономерности поведения человека в обществе, по критерию пола и его соотношений. результаты исследований различия мужской и женской психики. Особенности развития психики мужчины. Особенности женской психики. Особенности реагирования мужчин и женщин на конфликтные ситуации. Особенности сохранения рациональности мышления у мужчин и женщин по исследованиям на энцефалограмме.

III. Заключительная часть

Обсуждение: Давайте поразмышляем, у кого больше преимуществ - мужчин или женщин? Ко всем ли мужчинам и женщинам подходят данные особенности? Могут ли описанные особенности проявляться в обычной жизни? Как? Могут ли эти различия в организации психики быть нами не правильно трактованы? Вследствие чего может ли произойти конфликт?

Рефлексия:

В аудиторию участникам запускается два изображения чемодана и мусорной корзины, каждый участник должен на обороте написать какая

информация ему была полезна(изображение чемодана) а какая нет(изображение мусорной корзины).

Прощание: Спасибо вам, за обратную связь. Было приятно вас всех увидеть, всего доброго до встречи!

Занятие №3

Тема:"Конфликты в молодой семье"

Цель: формировать базовые представления о конфликте.

I. Вводная часть

- Добрый день, уважаемые супруги, наша тема консультации конфликт в молодой семье. Давайте вспомним, о чем была наша прошлая встреча?

II. Основная часть:

- Скажите, пожалуйста, как вы понимаете, что такое конфликт? Чем отличается конфликт в молодой семье от того конфликта который возникает в семье с большим супружеским стажем?

Цель: формировать базовые представления о конфликте.

Ход консультации:

Понятие конфликт, его функции. Конструктивный и деструктивный конфликт. Значение конфликта в молодой семье. Причины возникновения конфликтов. Основы самопрофилактики конфликтов у молодых супругов.

III. Заключительная часть:

Обсуждение: Как вы считаете, существует ли молодая семья, у которой нет конфликтов и никогда не возникнет? Почему? Какую позитивную роль может сыграть конфликт в молодой семье? Как часто возникают у вас конфликты? Они конструктивные или деструктивные? Какие вы можете отметить последствия конфликта?

Рефлексия: Перед тем как мы с вами попрощаемся я прошу вас ответить на вопрос: на сколько информация полученная вами сегодня была полезна, интересна и актуальна? Если вы ответите "Очень актуальна", то возьмите ветку дерева, из лежащих перед вами, с зелеными листиками, если "Средне", то желтую, а если "Вообще не актуальна и не интересна и не полезна"- красную. Выбранную ветку, я прошу прикрепить к стволу дерева на доске.

Прощание: Спасибо большое за обратную связь, я с вами прощаюсь до следующей встречи!

Занятие №4

Тема: "Опасно-безопасно"

Цель: формировать представления о техниках преодоления конфликтной ситуации.

I. Вводная часть

- Добрый день, я рада вас приветствовать на очередной встрече посвященной освоению различных техник конструктивного поведения в конфликте. Давайте вспомним о чем была наша прошлая встреча?

II. Основная часть

- Сегодня мы с вами обсуждаем различные техники ведения конфликта. Кто-нибудь знаком с такой?

Цель: формировать представления о техниках преодоления конфликтов.

Ход консультации:

Типы поведения. Ассертивность, как тип поведения. Раскрытие технологии ассертивного общения. Принципы ассертивного поведения. Техники воздействия. Техники самообороны. Знакомство с методом фотографии. Развитие ассертивности. Стратегии межличностного поведения в конфликте.

III. Заключительная часть

Обсуждение: Насколько ассертивный тип поведения может способствовать нивелированию конфликта? Сложно ли развить в себе ассертивность? Как вы считаете можно ли применять описанные техники для профилактики конфликтов в молодой семье? В чем будет заключаться главная сложность?

Рефлексия: Перед вами лист с изображением трех термометров. Термометры измеряют критерий написанный под ним. Это: "Информативность консультации", "Общие впечатления", "Вероятность применения вами этих знаний на практике". Чем больше значение на шкале, тем больше ваша удовлетворенность.

Прощание: Спасибо вам за обратную связь. Всего доброго, до следующей встречи!

Занятие №5

Тема: "Тренинг"

Цель: познакомить участников группы с тренингом, как формой работы. Снять психологическое напряжение, замотивировать на дальнейшую работу.

Тема: "Я- член своей семьи"

Цель: формировать представления о ролевых ожиданиях супруга и его потребностях в браке.

I. Вводная часть

Приветствие: Добрый день! Сегодня мы с вами познакомимся с такой формой работы как тренинг и практически проработаем такую тему как "Я член своей семьи"

Организация: Участники садятся в тренинговый круг, где обсуждаются правила и принципы работы в тренинговой форме.

Упражнение " Почему и для чего?"

Цель: прояснить ожидания членов группы от предстоящей работы.

Инструкция: Группе предлагаются два вопроса, вроде бы сходные по своей сути: 1) «Почему вы пришли на этот тренинг?» и 2) «Что вы хотите получить от этого тренинга?». При всей кажущейся похожести это вопросы немного о разном: один апеллирует к прошлому, возможно, к проблемным точкам, второй — к целям, к перспективе на ближайшее или более отдаленное будущее. Задавая эти вопросы «через запятую», тренер не акцентирует внимание группы на различии между ними, но сам обращает внимание на то, на какой из двух вопросов человек предпочитает отвечать.

Упражнение " Я хороший!"

Цель: снять психологическое напряжение.

Инструкция: В течение 60 секунд «солирует» один участник, потом они меняются ролями. Задача «солиста» — рассказать о себе партнеру, сообщив максимум положительной информации, описав то, что самому в себе

нравится. Это могут быть черты личности, особенности внешности, преодоленные трудности, совершенные добрые дела, достигнутая квалификация — все что угодно, главное, чтобы оно вызывало у обладателя энтузиазм и гордость собой. Слушающий должен считать вслух перечисляемые особенности, демонстрируя заинтересованность и поддержку, стимулируя продолжать перечисление. Затем партнеры меняются ролями. После того как пары обменялись информацией, они должны рассказать остальным участникам группы друг о друге. Задача участников — перечислить первые несколько сведений о своем партнере, которые всплывут у них в памяти, не стараясь выбрать из них самые, по их мнению, значимые («Мы не можем судить за самого человека, что для него более значимо, а что не так важно»).

- Хорошо, мы настроились на дальнейшую работу, и сегодня наша тема "Я- член своей семьи" как вы думаете, что мы сегодня будем обсуждать? верно, мы будем обсуждать семейные ценности и потребности каждого из супругов и в совокупности.

II. Основная часть

Упражнение " Мозговой штурм"

Цель: определить иерархию семейных ценностей у мужчин и женщин, наглядно проиллюстрировать их разность.

Оборудование: ватманы, маркеры.

Инструкция: участники делятся на две команды "Мужья" и "Жены". Их задача, в течении 10 минут выписать на ватман, как можно больше семейных ценностей, а за тем выстроить иерархию от самой значимой к наименее значимой.

Упражнение "То, что я хочу"

Цель: определить индивидуальные потребности супругов в семье.

Оборудование: листы бумаги, ручки.

Инструкция: участники работают в индивидуальной форме ,в течении 10 мин, их задача выписать свои потребности, которые по их мнению в первую очередь должны быть удовлетворены в семье, а затем расставить приоритеты от наибольшего к наименьшему.

Упражнение "Семейная идиллия"

Цель: выстроить актуальную иерархию семейных ценностей с учетом своих приоритетных потребностей и своего супруга.

Оборудование: Листы бумаги, маркеры, ручки.

Инструкция: участники работают в парах муж-жена, в течении 10 минут, их задача совместными усилиями выстроить пирамиду семейных ценностей, с учетом приоритетных потребностей жены и мужа.

III. Заключительная часть

Обсуждение: Что вы чувствовали, когда выстраивали свою пирамиду семейных ценностей? Тяжело ли вам было договариваться между собой? Вы настаивали на своем или уступали? Вам было работать легче в группе, одному или со своим супругом?

Рефлексия: в аудиторию к участникам запускается три изображения: чемодана, мясорубки и мусорной корзины, каждый участник должен на обороте написать какая информация ему была полезна и он ее заберет с собой (изображение чемодана), над которой он еще подумает (изображение мясорубки) а какая бесполезная (изображение мусорной корзины).

Прощание: Большое спасибо за отзыв, жду вас на следующем занятии.

Занятие №6

Тема: "Как я могу сделать тебя счастливее?"

Цель: формировать способность к осознанию собственных ошибок в общении с супругом, повлекшие за собой деструктивный конфликт.

Тема: "Семейные роли"

Цель: формировать осознание и принятие своего ролевого положения в семье.

I. Вводная часть

Приветствие: Добрый день уважаемые супруги! Сегодня мы будем искать с вами ответ на вопрос "Как я могу сделать тебя счастливее?" и определим приоритетные семейные роли. Наша тема не случайно в вопросительной форме.

Организация: Участники делятся на группы "Жены" и "Мужья"

II. Основная часть

Упражнение "Мозговой штурм"

Цель: актуализировать установку на "безконфликтное" будущее.

Оборудование: ватманы, маркеры.

Инструкция: Задача каждой команды ответить на вопрос "Как сделать мужа/жену более счастливым?" Все ответы записываются на ватмане и сортируются по приоритету. по готовности команд представляют и обсуждают результат. Педагог-психолог направляет участников к выводу о том, что у каждого супруга есть желание меньше конфликтовать.

Упражнение " Работа над ошибками"

Цель: выявить ошибки общения, повлекшие конфликт.

Оборудование: ватманы, маркеры.

Инструкция: Задача участников подумать над типичными ошибками жен и мужей, влекущих за собой конфликт? Работая командах, участники должны написать на ватмане этот перечень ошибок, которые повлекли за собой конфликт и его деструктивные последствия. По готовности команд сравниваются результаты и их обсуждение.

Упражнение "Брачный договор"

Цель: пересмотреть собственные семейные установки и свою семейную роль.

Оборудование: бланки "Брачного договора", лист с вопросами, которые должен раскрыть брачный договор, ручки.

Инструкция: Участникам предлагается взглянуть на брачный договор не только с точки зрения юридической ответственности сторон, но и с позиций ежедневного сосуществования, которое скреплено любовью, взаимным уважением, стремлением развить семейный союз и при этом не потерять собственную индивидуальность! Работая в семейной паре, есть 20 минут для того, чтобы записать те пункты, которые, на их взгляд, определяют дух и букву существующего между ними союза.

Примерные вопросы:

1. Кто является главой семьи?
2. Кто отвечает за семейную кассу?
3. Кто занимается «внешними связями»?

4. Кто будет заниматься воспитанием детей?
5. Каковы приоритеты семьи в строительстве семейного очага, взгляды на место проживания и его особенности, на досуг, на материальную ответственность, на степень свободы, которую супруги предоставляют друг другу?

Представление результатов и обсуждение по вопросам:

1. Что вы хотите в нем изменить?
2. Что важно дополнить?
3. Какие старые условия сохранить?
4. Где вы хотите жить?
5. Кто из вас будет заниматься финансовым обеспечением, ремонтом, хозяйством, воспитанием детей, покупками, организацией семейного досуга, праздников?
6. Как вы будете пользоваться семейной кассой?
7. Как собираетесь проводить отпуск?
8. Сколько времени вы планируете проводить в кругу семьи, на работе, с детьми?
9. Кто и каким образом решает вопросы питания?
10. Что вы думаете по поводу сексуальных отношений: их частота, время, место?
11. Кто может являться их инициатором?
12. Вы предпочитаете дом «открытого типа»: с гостями, вечеринками, совместными праздниками, или «закрытого»: с вечерами в кругу семьи, с минимальным общением с окружающими?
13. Определите особые условия и привычки, которые могут улучшить или, напротив, испортить ваш брак.

III. Заключительная часть

Обсуждение: Что нам нужно, чтобы стать более счастливыми в своей семье? Какие ошибки мы совершаем в общении с супругом? Делают ли эти ошибки нас и наших супругов счастливее? Как с этим бороться? Можно ли назвать наш брачный договор семейным стабилизатором? Помогает ли брачный контракт избежать одиночества и иметь устроенную жизнь? Надо ли вообще заключать брачный контракт? Помогает ли брачный контракт созданию благополучной семьи? Могут ли из-за брачного контракта возникать психологические проблемы в семье? Может ли брачный контракт в полной мере способствовать формированию основных функций семьи?

Рефлексия: перед тем как мы попрощаемся, давайте сядем в круг и я попрошу каждого из высказаться по поводу сегодняшнего занятия, расскажите что вам понравилось, где вы испытали затруднения.

Прощание: Спасибо за обратную связь, я благодарна вам за вашу активность и включенность, не теряйте своей мотивации. До следующей встречи!

Занятие №7

Тема: "Супруг, супруга"

Цель: формировать осознание стереотипов семейного поведения.

I. Вводная часть:

Приветствие: Добрый день! Сегодня, наша тема "Супруг, супруга", как вы думаете, что мы будем сегодня обсуждать? Верно, мы поговорим о стереотипном поведении присущем роли мужа и жены.

Организация: Участники садятся в тренинговый круг, где обсуждаются правила и принципы работы в тренинговой форме.

Упражнение "Что нового?"

Цель: настроить участников тренинга на работу.

Оборудование: мяч

Инструкция: Педагог-психолог, просит всех в течение трех минут внимательно посмотреть друг на друга, обращая внимание на то, как выглядит сегодня тот или иной человек, в каком он настроении, как себя проявляет. Через три минуты участники должны, кидая мяч кому-либо из участников, сказать, что нового по сравнению с прошлым днем они увидели в этом человеке. Педагог-психолог следит за тем, чтобы мяч побывал у каждого участника. После выполнения упражнения расспросить участников, насколько то, что они слышали, соответствовало их собственным ощущениям, переживаниям и т. д.

II. Основная часть:

Упражнение "Семейные стереотипы"

Цель: выявление навязанных ролей семейного поведения.

Оборудование: доска, маркеры

Инструкция: На доске записываются существующие у участников представления о ролях, которые, по их мнению (и по мнению общества) должны выполнять в семье муж и жена. Записывается абсолютно все без цензуры. Чтобы не обидеть присутствующих резкостью чьих-то формулировок, педагог-психолог определяет заранее, что не стоит относиться к словам как к выражению личного мнения конкретного человека. Это — стереотипная установка — «так говорят». Педагог-психолог записывает все прозвучавшие высказывания в два столбика — «женский» и «мужской». Далее педагог-психолог просит группу высказаться по каждому пункту. Он предлагает проверить, а так ли уж сильно представленный на доске список отличается от мнения участников тренинга. Выясняется, что многие стереотипы стали для кого-то по-настоящему личными установками. Для установки характерно наличие трех компонентов: убеждения, эмоционального отношения и поведения. Если убеждения в правоте или неправоте партнера формируют эмоциональное отношение (предположим, негативное), то финалом триады будет соответствующее поведение. Недовольство из-за несоответствия стереотипным представлениям приведет к конфликту.

Обсуждение: Зачем нужны стереотипы? Можно ли обойтись без них? Всегда ли стереотипы плохи, может быть, тут существует и положительная сторона? Как стереотип или миф соотносятся с реальностью? Нужно ли со стереотипами бороться и как отличить стереотип от объективной реальности? Что произойдет, если до супружества и жених, и невеста не прояснят ожиданий друг друга, а будут основывать свои надежды на стереотипных представлениях? Существуют ли несоответствия среди членов группы в их взгляде на роль мужчины в семье (а что по этому поводу думают сами мужчины?), на то, какие обязанности возложены на женские плечи (согласны ли участницы тренинга с этими ролями?). Какие трудности возникают перед мужчинами и женщинами в связи с принятыми взглядами на «традиционно мужское» и «традиционно женское» поведение в семейной жизни? Может ли кто-нибудь из участников тренинга привести примеры, когда он оказался жертвой стереотипа?

Упражнение "Продолжи фразу"

Цель: актуализировать свою главную роль в семье.

Инструкция: участникам предлагается по кругу продолжить фразу "Моя главная роль в семье, заключается..."

Упражнение "Навязанные стереотипы семейного поведения"

Цель: проиллюстрировать влияние навязанных стереотипов семейного поведения на межличностное общение супругов.

Оборудование: доска, маркеры.

Инструкция: Педагог-психолог, разделяет доску на три столбца и в среднем пишет «Мужчины и женщины». Левый столбец отводится для «женских», а правый — для «мужских» качеств. После, вместе с участниками тренинга заполняется таблица. Например: Женщины: любовь; эмоциональность; красота; нежность; легкомысленность; гибкость; высокая эмпатичность; доверчивость; наивность; материнство; непоследовательность; любопытство; сострадание и т. д. Мужчины: физическая власть; деньги; влияние на принятие решений; индивидуализм; бесстрашие; доминирование; склонность к соревнованию и конкурентной борьбе; инициативность; мужественность; защитник; рациональный ум; любовь к технике; стремление к победе; амбициозность; стабильность и т. д.

Подведение итогов. Под руководством тренера группа строка за строчкой рассматривает каждое из сильных качеств той и другой группы с точки зрения семейной жизни и родительских обязанностей и пробует найти те негативные свойства, которыми может обернуться каждое из названных, качеств. Скажем, доверчивость может превратиться в инфантилизм, индивидуализм обернуться эгоизмом, бесстрашие — глупым риском, сила — агрессивностью, материнство — излишней мелочной опекой.

III. Заключительная часть

Обсуждение: выявили ли вы в себе навязанные установки? Как вы думаете, влияют ли они на вас? Хорошо или плохо? А на ваши отношения с супругом?

Рефлексия: перед тем как мы попрощаемся, давайте сядем в круг и я попрошу каждого из высказаться по поводу сегодняшнего занятия, расскажите что вам понравилось, где вы испытали затруднения.

Прощание: Всего доброго, увидимся на следующем занятии.

Занятие №8

Тема: "Мы поссорились!"

Цель: повысить компетентность в разрешении семейных конфликтов.

I. Вводная часть:

Приветствие: Добрый день! Сегодня, наша тема "Мы поссорились", как вы думаете, какая цель нашего занятия? Верно, нам необходимо научиться правильно вести себя в напряженной ситуации, чтобы не возникло конфликта с негативными последствиями.

Организация: Участники садятся в тренинговый круг семейными парами.

Упражнение "Девизы"

Цель: настроить участников на работу.

Оборудование: листы с фразами известных людей и психологов о семье.

Инструкция: семейной паре, предлагается придумать девиз своей семьи, в качестве помощи педагог-психолог предлагает подборку девизов и высказываний известных людей, а также пословиц и поговорок, связанных с темой тренинга. Затем участники представляют свой девиз.

II. Основная часть:

Упражнение "Управление конфликтом"

Цель: проявить навык управления конфликтной ситуацией.

Оборудование: атрибуты жены (половник, помада, скалка, сумочка, шляпа, шарф, веер), атрибуты мужа (молоток, инсталляция дивана из стульев, бутылка, кепка)

Инструкция: семейная пара объединяется для создания сценария конфликтной ситуации(можно несколько), где каждый участник конфликта может им управлять. После разработки сценария семейной паре, предлагается сыграть этот конфликт перед публикой с использованием предложенной атрибутики мужа и жены. После выступления семьи, происходит обсуждение результатов: кто управлял конфликтом больше? какие ошибки допустили супруги? ит.д. Театрализация продолжается до тех пор, пока не выступит каждая семья.

Упражнение "Я хочу тебе сказать"

Цель: практиковать навык осознания своих чувств, мыслей, поступков, действий, способов выражения и проявления эмоций по отношению друг к другу, а так же практиковать овладение техникой перефразирования

негативного проявления своих чувств, переживаний в позитивные, более комфортные для супруга.

Оборудование: листы с незаконченными предложениями.

Инструкция: супруги садятся лицом друг перед другом и, читая незаконченные предложения, завершить их. При этом желательно вести себя свободно, говорить все, что придет в голову. Запрещается критиковать и интерпретировать слова друг друга.

Примерные предложения: Я должен...; Когда я сердит, я...; Я выражаю любовь тем, что...; Моя значимость состоит в том, что...; Изменения в моем положении чреваты тем, что... ; Если бы я набрался смелости, я бы...; Тот человек, которого я люблю, должен...; Для меня лучшее время, когда...;

После того как все предложения закончены, необходимо их слегка перефразировать по типу: «Я должен быть хорошим мужем» в «Хороший муж должен...».

III. Заключительная часть:

Обсуждение: почувствовали ли вы в первую очередь соответствие своих желаемых и одобряемых поступков, слов с реальными действиями, которые вы совершаете регулярно в своей супружеской жизни? Чего бы больше всего хотелось изменить? Чего меньше всего? А какие поступки оставить неизменными во взаимодействии без рассогласования ваших супружеских отношений?

Рефлексия: Перед тем как мы с вами попрощаемся я прошу вас ответить на вопрос: на сколько информация полученная вами сегодня была полезна, интересна и актуальна? Если вы ответите "Очень актуальна", то возьмите ветку дерева, из лежащих перед вами, с зелеными листиками, если "Средне", то желтую, а если "Вообще не актуальна и не интересна и не полезна"- красную. Выбранную ветку, я прошу прикрепить к стволу дерева на доске.

Прощание: Спасибо большое за обратную связь, я с вами прощаюсь до следующей встречи!

Занятие №9

Тема: "Я слышу тебя"

Цель: совершенствовать навык взаимопонимания в межличностном общении молодых супругов.

I. Вводная часть:

Приветствие: Добрый день! Сегодня, наша тема "Я слышу тебя", как вы думаете, какая цель нашего занятия? Верно, сегодня мы проверим слышит ли вы своего супруга.

Организация: Участники садятся в тренинговый круг в хаотичном порядке.

Упражнение "Прозвище"

Цель: настроить участников на работу, снять психологическое напряжение.

Инструкция: участникам предлагается поздороваться с остальными используя такую конструкцию: "Привет! Я Лена, но муж называет меня..." или "Добрый день, Я Олег, но жена предпочитает называть меня..."

II. Основная часть:

Упражнение "Правильно ли я тебя слышал?"

Цель: научиться слушать и слышать супруга, разрушить тенденцию "внутреннего диалога"

Инструкция: супругам садятся лицом друг к другу. Один из них должен произнести какое-нибудь утверждение, которое он считает верным. Другой супруг попытается повторить его словами первого, подстраиваясь к его голосу, интонации, ударениям, выражению лица, положению тела и движениям. Затем следует поменяться ролями. Во время выполнения этого упражнения постарайтесь концентрировать свое внимание, чтобы понять смысл того, что говорит ваш супруг. Это непростая задача, потому что слова могут иметь разные значения в зависимости от того, как они сказаны. Постарайтесь также почувствовать разницу между теми ситуациями, когда вы слушаете невнимательно, и ситуациями, когда вы на самом деле слушаете. По истечению времени, обсуждаются впечатления.

Упражнение "Чего я избегаю?"

Цель: способствовать к побуждению каждого супруга к большей открытости и взаимному доверию.

Оборудование: бумага, ручки.

Инструкция: супругам нужно написать список под общим заголовком «Чего я избегаю». Это могут быть темы разговоров и чувства, люди и действия, точки зрения и мнения. Надо попытаться сделать это, не упрекая себя ни в чем и не думая о чужом мнении. Надо просто понимать, что все люди чего-нибудь не любят и избегают, это совершенно нормальная ситуация. Список включает столько пунктов, сколько каждый супруг успеет написать. Обсуждаются впечатления.

III. Заключительная часть:

Обсуждение: сложно ли вам было повторять сказанное супругом утверждение с тем же выражением, интонацией, тембром голоса? Вызвало ли у вас затруднение понимание смысла фраз вашего супруга? Или наоборот данное упражнение давалось вам легко и непринужденно?

О чем или о ком писать список было более затруднительно и с чем это может быть связано с вашей точки зрения? Какие ситуации вы стараетесь избегать в первую очередь? Какие люди вам особенно не приятны, что могут вызвать чувства раздражения или досады?

Рефлексия: Перед тем как мы с вами попрощаемся я прошу вас ответить на вопрос: чему я сегодня научился?

Прощание: Спасибо большое за обратную связь, я с вами прощаюсь до следующей встречи!

Занятие №10

Тема: "Погода в доме"

Цель: Раскрыть скрытые личностные качества молодых супругов.

I. Вводная часть:

Приветствие: Добрый день! Сегодня, наша тема "Погода в доме", как вы думаете, от чего зависть погода в доме? Верно, сегодня мы поговорим о ваших личных особенностях и научимся их ценить.

Организация: Участники организуют круг в хаотичном порядке.

Упражнение" Броуновское движение"

Цель : настроить участников на работу, снять психоэмоциональное напряжение.

Оборудование: музыкальное сопровождение.

Инструкция: участникам предлагается под музыку активно перемещаться по комнате. Как только музыка выключается, и ведущий называет какую-либо цифру, участники должны, взявшись за руки, объединиться в группы, состоящие из такого числа человек. Упражнение можно усложнить и сделать его более интересным. Ведущий просит объединиться в группы не по числу человек, а по какому-либо признаку (например, по цвету глаз, элементам одежды, домашним животным и т. д.). Задание выполняется веселее, если участникам к тому же запрещается разговаривать.

II. Основная часть:

Упражнение "поиграем в психолога"

Цель: проиллюстрировать интерпретацию личных качеств по мнению других людей.

Оборудование: листы бумаги, цветные карандаши, фломастеры.

Инструкция: участникам предлагается нарисовать на листе бумаги как минимум три предмета, характеризующие его как личность. Листы с рисунками не подписываются. После завершения, педагог-психолог собирает рисунки и перемешивает. Далее каждый участник, не глядя, вытягивает рисунок (если попался свой, меняет его). Участники выбравшие рисунок, вглядываются в значимые детали и анализируют его. После этого начинается обсуждение, где участник пытается охарактеризовать автора рисунка, а педагог - психолог помогает ему. После завершения обсуждаются ощущения от упражнения, и авторы высказывают согласие/несогласие с полученными характеристиками.

Упражнение " Идеальный муж, идеальная жена"

Цель: разорвать шаблон идеального супруга.

Оборудование: музыкальное сопровождение, ватманы, маркеры.

Инструкция: участники формируют две группы "Мужья" и "Жены" Мужья отдельно от жен составляют список, который характеризует идеальную жену. Жены, объединившись, составляют свой список

характеристик идеального мужа. После этого списки зачитываются. Участникам предлагается обсудить являются ли они таковыми, что из списка им бы хотелось взять в первую очередь, чтобы приблизиться к образу «Идеального мужа, либо идеальной жены». Педагог-психолог, подводит участников к выводу: идеала в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого мужья не перестают любить жен, а жены мужей. Списки разрываются.

Упражнение " Письмо супругу"

Цель: рефлексировать полученные навыки поведения в конфликтных ситуациях, способствовать актуализации романтических чувств.

Оборудование: примерные конструкции письма, конверты на каждого участника, листы бумаги, ручки.

Инструкция: участникам предлагается написать письмо адресованное своему супругу, по предложенной структуре: " Дорогой...., я знаю что ты думаешь, что я...., но я бы хотела..... Когда я вижу, что ты..... Я испытываю..... Мне бы хотелось, чтоб..... И в этом случае, я думаю, что изменится.... Я испытываю к тебе.... И знаю, что ты испытываешь ко мне.... Наше будущее...." Данное письмо запечатывается и вручается супругу. Рекомендуются не открывать письмо, до первого "тревожного случая".

III. Заключительная часть:

Обсуждение: Какие эмоции вы сегодня испытали? Что вы нашли нового для себя в своем супруге? Что изменится после сегодняшней встрече в ваших отношениях? Как это повлияет на вашу погоду в доме?

Прощание: Спасибо большое за обратную связь, я с вами прощаюсь до следующей встречи!

Занятие №11

Тема: "Гроссмейстер конфликта"

Цель: Формировать ценностное отношение к саморегуляции поведения и эмоционального состояния в предотвращении семейного конфликта"

I. Вводная часть:

Приветствие: Добрый день! Сегодня, наша тема "Гроссмейстер конфликта", как вы думаете, о чем мы сегодня поговорим? Кто такой гроссмейстер? Верно, сегодня мы обобщим все чему научились и отметим изменения произошедшие с вами и вашей семьей за период наших встреч.

Организация: участники группируются по семейным парам.

Упражнение "Сиамские близнецы"

Цель: снять психоэмоциональное напряжение, сплотить супругов.

Оборудование: музыкальное сопровождение, опрокинутые стулья, нитка и иголка.

Инструкция: супруги в парах становятся боком друг к другу так, что их бедра соприкасаются, а лица повернуты в одну и ту же сторону. Рука (со стороны партнера) обхватывает близнеца" через поясницу за бедро. Так, обхватив друг друга, пара и должна будет двигаться по комнате, преодолевать препятствия в виде опрокинутых на пол стульев ... Следом можно дать сиамским близнецам еще несколько забавных заданий: завязать шнурок на ботинке; застегнуть пуговицу; вдеть нитку в иголку. При этом один из участников работает правой, другой - левой рукой, а "свободные" руки либо сцеплены, либо игроки держат ими друг друга за талию.

II. Основная часть:

Упражнение "Список рекомендаций"

Цель: получить вариативность взглядов на личную проблему, исчерпать недостаток информации по определенной трудности в общении с супругом.

Оборудование: листы бумаги, ручки

Инструкция: участники расходятся в хаотичном порядке, по аудитории. Задача каждого подумать и выявить типичную ошибку, приводящую к конфликту или нерешенную проблему в отношениях с супругом и сформулировать ее на листе. Лист с проблемой не подписывается. Далее участники садятся в тренинговый круг и передают лист с проблемой по часовой стрелке. Получивший проблему, старается дать эффективную рекомендацию по ее устранению, затем передает лист следующему участнику по часовой стрелке. Так продолжается пока лист с проблемой не вернется к владельцу. Рекомендуются детально изучить предоставленные рекомендации.

Упражнение " Награждение"

Цель: формировать ценностное отношение к достижениям своего супруга.

Оборудование: цветная бумага, клей, ножницы, картон, ленточки, карандаши, фломастеры, наклейки.

Инструкция: участникам предлагается распределиться по аудитории и подумать над тем, какие позитивные изменения произошли в семье за период тренинга, как изменился ваш супруг и т.д. Далее предлагается создать награду (медаль, рисунок, аппликацию) иллюстрирующую эти изменения, придумать номинацию. По готовности всех участников объявляется награждение.

III. Заключительная часть:

Обсуждение: Как вы считаете, эта программа была для вас полезна? Почему? Чему вы научились? Как изменились ваши отношения? Уменьшилось ли количество конфликтов?

Прощание: Я благодарю вас, за то что вы предоставили мне феноменальный опыт работы с такими замечательными людьми, изучить специфику феномена молодой семьи. Я уверена, что после этой программы у вас появилась мотивация и необходимые навыки предотвращения негативных моментов в вашей совместной жизни. Я уверена они сократятся до минимума. Всего доброго!

Приложение № 3

Результаты повторной диагностики экспериментальной выборки после формирующего эксперимента

Методика "Особенности общения между супругами" Ю.Е.Алешинной, Л.Я.Гозмана, Е.М.Дубровской						
№	Взаимопонимание	Доверительность	Сходство во взглядах	Общие символы	Легкость общения	Психотерапевтичность
1	21,5	19,5	19	19	17	15
2	19,5	20,5	17	15	19	16
3	18,5	16,5	12	15	12	13
4	16,5	18,5	15	13	16	12
5	19	22	18	18	17	19
6	18,5	21,5	14	15	19	19
7	22,5	20,5	18	13	16	19
8	20	20	15	12	18	20
9	20,5	21,5	19	12	16	15
10	18,5	19,5	16	11	17	13

Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Г.П. Бутенко, Т.Л. Романова).		
№	Балл	Группа
1	29	Скорее удовлетворенность
2	29	Скорее удовлетворенность
3	30	Скорее удовлетворенность
4	33	Удовлетворенность
5	34	Удовлетворенность
6	35	Удовлетворенность
7	29	Скорее удовлетворенность
8	31	Скорее удовлетворенность
9	34	Удовлетворенность
10	33	Удовлетворенность

Сравнительный анализ по Т-критерию Вилкоксона экспериментальной выборки до и после формирующего эксперимента.

Анализ по шкале "Доверительность общения"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	10 ^b	5,50	55,00
	Совпадающие наблюдения	0 ^c		
	Всего	10		
a. После < До				
b. После > До				
c. После = До				

Статистические критерии ^а	
	После - До
Z	-2,814 ^b
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,005
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона	
b. На основе отрицательных рангов.	

Анализ по шкале "Взаимопонимание между супругами"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	10 ^b	5,50	55,00
	Совпадающие наблюдения	0 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
с. После = До				
Статистические критерии ^a				
		После - До		
Z		-2,823 ^b		
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)		,005		
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона				
b. На основе отрицательных рангов.				

Анализ по шкале "Сходство во взглядах"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^а	,00	,00
	Положительные ранги	10 ^b	5,50	55,00
	Совпадающие наблюдения	0 ^с		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
с. После = До				

Статистические критерии ^a	
	После - До
Z	-2,818 ^b
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,005
a. Критерий знаковых рангов Вилкоксона	
b. На основе отрицательных рангов.	

Анализ по шкале "Общие символы семьи"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	10 ^b	5,50	55,00
	Совпадающие наблюдения	0 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
с. После = До				
Статистические критерии ^a				
	После - До			
Z	-2,825 ^b			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,005			
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона				
b. На основе отрицательных рангов.				

Анализ по шкале "Легкость общения"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	10 ^b	5,50	55,00
	Совпадающие наблюдения	0 ^c		
	Всего	10		
a. После < До				
b. После > До				
c. После = До				
Статистические критерии ^a				
		После - До		

Z	-2,842 ^b
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,004
a. Критерий знаковых рангов Вилкоксона	
b. На основе отрицательных рангов.	

Анализ по шкале "Психотерапевтичность"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	10 ^b	5,50	55,00
	Совпадающие наблюдения	0 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
б. После > До				
с. После = До				
Статистические критерии ^a				
	После - До			
Z	-2,825 ^b			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,005			
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона б. На основе отрицательных рангов.				

Анализ по шкале "Удовлетворенность браком"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	10 ^b	5,50	55,00
	Совпадающие наблюдения	0 ^c		
	Всего	10		
a. После < До				
b. После > До				
c. После = До				
Статистические критерии ^a				
		После - До		
Z		-2,818 ^b		
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)		,005		

a. Критерий знаковых рангов Вилкоксона
b. На основе отрицательных рангов.

Результаты повторной диагностики контрольной выборки после формирующего эксперимента

Методика "Особенности общения между супругами" Ю.Е.Алешинной, Л.Я.Гозмана, Е.М.Дубровской						
№	Доверительность	Взаимопонимание	Сходство во взглядах	Общие символы	Легкость общения	Психотерапевтичность
1	19	19	10	8	12	11
2	17	17	11	7	16	10
3	19	18	15	9	11	9
4	16	16	9	14	16	15
5	19	19,5	10	15	10	9
6	19	18	10	14	15	15
7	19	19	10	9	12	12
8	18	20,5	9	16	14	10
9	15	15	10	15	12	13
10	15	15	9	16	16	14

Тест-опросник удовлетворенности браком (В.В. Столин, Г.П. Бутенко, Т.Л. Романова).		
№	Балл	Группа
1	21	Абсолютно не удовлетворенные браком
2	23	Скорее не удовлетворенность
3	26	Скорее не удовлетворенность
4	26	Скорее не удовлетворенность
5	26	Скорее не удовлетворенность
6	32	Скорее удовлетворенность
7	25	Скорее не удовлетворенность
8	26	Скорее не удовлетворенность
9	26	Скорее не удовлетворенность
10	25	Скорее не удовлетворенность

Сравнительный анализ по Т-критерию Вилкоксона контрольной группы выборки до и после эксперимента.

Анализ по шкале "Доверительность общения"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	4 ^a	3,75	15,00
	Положительные ранги	2 ^b	3,00	6,00
	Совпадающие наблюдения	4 ^c		
	Всего	10		
a. После < До				
b. После > До				

с. После = До	
Статистические критерии^а	
	После - До
Z	-1,000 ^b
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,317
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона	
b. На основе положительных рангов.	

Анализ по шкале "Доверительность общения"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	4 ^a	2,50	10,00
	Положительные ранги	0 ^b	,00	,00
	Совпадающие наблюдения	6 ^c		
	Всего	10		
a. После < До				
b. После > До				
c. После = До				
Статистические критерии ^a				
	После - До			
Z	-1,857 ^b			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,063			
a. Критерий знаковых рангов Вилкоксона				
b. На основе положительных рангов.				

Анализ по шкале "Сходство во взглядах"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^а	,00	,00
	Положительные ранги	8 ^b	4,50	36,00
	Совпадающие наблюдения	2 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
с. После = До				
Статистические критерии^а				

	После - До
Z	-2,828 ^b
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,005
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона	
b. На основе отрицательных рангов.	

Анализ по шкале "Общие символы семьи"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	3 ^a	4,83	14,50
	Положительные ранги	5 ^b	4,30	21,50
	Совпадающие наблюдения	2 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
с. После = До				
Статистические критерии ^a				
	После - До			
Z	-,513 ^b			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,608			
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона				
b. На основе отрицательных рангов.				

Анализ по шкале "Легкость общения"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	4 ^b	2,50	10,00
	Совпадающие наблюдения	6 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
c. После = До				
Статистические критерии ^a				
		После - До		

Z	-1,890 ^b
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,059
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона	
b. На основе отрицательных рангов.	

Анализ по шкале "Психотерапевтичность"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	1 ^a	2,50	2,50
	Положительные ранги	6 ^b	4,25	25,50
	Совпадающие наблюдения	3 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
с. После = До				
Статистические критерии ^a				
	После - До			
Z	-1,980 ^b			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,048			
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона				
b. На основе отрицательных рангов.				

Анализ по шкале "Удовлетворенность браком"

Ряды				
		N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	Отрицательные ранги	2 ^a	3,50	7,00
	Положительные ранги	4 ^b	3,50	14,00
	Совпадающие наблюдения	4 ^c		
	Всего	10		
а. После < До				
b. После > До				
c. После = До				
Статистические критерии ^a				
		После - До		
Z		-,750 ^b		
Асимптотическая		,453		

значимость (2-сторонняя)	
а. Критерий знаковых рангов Вилкоксона	
b. На основе отрицательных рангов.	

Анализ результатов контрольной и экспериментальной выборок после формирующего эксперимента для выявления существенных различий с помощью U-критерия Манна- Уитни:

Анализ по шкале "Доверительность общения"

Ряды				
	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов
Доверительность	Экспериментальная	10	13,05	130,50
	контрольная	10	7,95	79,50
	Всего	20		
Статистические критерии ^а				
	Доверительность			
U Манна-Уитни	24,500			
W Вилкоксона	79,500			
Z	-1,957			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,030			
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,042 ^b			
а. Группирующая переменная: Группа				
b. Не скорректировано на наличие связей.				

Анализ по шкале "Взаимопонимание"

Ряды				
	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов
Взаимопонимание	Экспериментальная	10	14,15	141,50
	контрольная	10	6,85	68,50
	Всего	20		
Статистические критерии ^а				
	Взаимопонимание			
U Манна-Уитни	13,500			
W Вилкоксона	68,500			
Z	-2,770			
Асимптотическая	,006			

значимость (2-сторонняя)	
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,004 ^b
а. Группирующая переменная: Группа	
b. Не скорректировано на наличие связей.	

Анализ по шкале "Сходство во взглядах"

Ряды				
	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов
Сходство_во_взглядах	Экспериментальная	10	15,20	152,00
	контрольная	10	5,80	58,00
	Всего	20		
Статистические критерии ^а				
	Сходство_во_взглядах			
U Манна-Уитни	3,000			
W Вилкоксона	58,000			
Z	-3,594			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,000			
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,000 ^b			
а. Группирующая переменная: Группа				
б. Не скорректировано на наличие связей.				

Анализ по шкале "Общие символы семьи"

Ряды				
	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов
Сходство_во_взглядах	Экспериментальная	10	12,05	120,50
	контрольная	10	8,95	89,50
	Всего	20		
Статистические критерии ^а				
	Сходство_во_взглядах			
U Манна-Уитни	34,500			
W Вилкоксона	89,500			
Z	-1,191			
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,034			
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,047 ^b			

знач.))]	
а. Группирующая переменная: Группа	
b. Не скорректировано на наличие связей.	

Анализ по шкале "Легкость в общении"

Ряды				
	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов
Легкост ь	Экспериментальная	10	14,40	144,00
	контрольная	10	6,60	66,00
	Всего	20		
Статистические критерии ^а				
	Легкость			
U Манна-Уитни		11,000		
W Вилкоксона		66,000		
Z		-3,005		
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)		,003		
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]		,002 ^b		
а. Группирующая переменная: Группа				
b. Не скорректировано на наличие связей.				

Анализ по шкале "Психотерапевтичность"

Ряды				
	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов
Психотерапевтичность	Экспериментальная	10	14,15	141,50
	контрольная	10	6,85	68,50
	Всего	20		
Статистические критерии ^а				
	Психотерапевтичность			
U Манна-Уитни	13,500			
W Вилкоксона	68,500			
Z	-2,781			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,005			
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,004 ^б			
а. Группирующая переменная: Группа				
б. Не скорректировано на наличие связей.				

Анализ по шкале "Удовлетворенность браком"

Ряды				
	Группа	N	Средний ранг	Сумма рангов
Удовлетворенность	Экспериментальная	10	15,00	150,00
	контрольная	10	6,00	60,00
	Всего	20		
Статистические критерии ^а				
	Удовлетворенность			
U Манна-Уитни	5,000			
W Вилкоксона	60,000			
Z	-3,437			
Асимптотическая значимость (2- сторонняя)	,001			
Точная знч. [2*(1-сторон. знач.)]	,000 ^b			
а. Группирующая переменная: Группа				
b. Не скорректировано на наличие связей.				